Guide pédagogique

PLATE-FORME PRÉVENTION SIDA
FEDERATION WALLONIE-BRUXELLES
Wallonie

SOMMAIRE

Partie I
Prise de contact
p.5

Introduction 5
Les créateurs de l'exposition 6
Le public 7
Les objectifs généraux 7
L'expo 8
Evaluation 11
Ressources et adresses utiles 11

Partie II
Les planches info
et les modules
p.15

Les planches info 15
Module 1 : *la rencontre...* 17
Fiche d'animation n°1 18
Module 2 : *le préservatif !* 19
Fiche d'animation n°2 21
Fiche d'animation n°3 23
Fiche d'animation n°4 23
Fiche d'animation n°5 25
Fiche d'animation n°6 25
Module 3 : *les modes de transmission !* 27
Fiche d'animation n°7 29
Module 4 : *le dépistage !* 33
Fiche d'animation n°8 35
Fiche d'animation n°9 35
Fiche d'animation n°10 36
Module 5 : *vivre avec...* 37
Fiche d'animation n°11 39
Fiche d'animation n°12 39
Module 6 : *la discrimination !* 41
Fiche d'animation n°13 43
Fiche d'animation n°14 43

Partie III
Les notions théoriques
p.45

Fiche Info n°1. Données épidémiologiques 46
Fiche info n°2. Les IST 47
Fiche info n°3. Le préservatif 47
Fiche Info n°4. Les modes de transmission du VIH 49
Fiche Info n°5. Les symptômes du VIH 50
Fiche Info n°6. Le dépistage du VIH 50
Fiche Info n°7. Le Traitement Post-Exposition. (TPE).. 51
Fiche Info n°8. Les traitements du VIH.. 52
Fiche Info n°9. La discrimination.. 54
Fiche Info n°10. Références bibliographiques et ressources utiles. 54
Fiche Info n°11. Contacts utiles. 55

Partie I

Prise de contact

Introduction

Une lecture de ce guide est nécessaire pour une utilisation adéquate de cette exposition. L'exposition est destinée aux adolescents dans le cadre d'une animation à l'école ou en milieu extrascolaire (maison de jeunes, AMO,...)

L'importance d'informer les jeunes sur la maladie reste un objectif prioritaire dans la lutte contre le sida. Une enquête[1] montre que les jeunes ont un niveau d'information parfois insuffisant quant aux modes de transmission des IST/Sida. De plus, si la quasi-totalité des jeunes sexuellement actifs déclare qu'ils ont déjà vu ou manipulé un préservatif, seule la moitié d'entre eux déclare l'avoir utilisé lors de leur dernier rapport sexuel.

L'idée de créer cette exposition vient du fait qu'il existe peu de support du type « expo interactive » pour aider les professionnels qui travaillent en première ligne à réaliser une animation sur la thématique du sida. Beaucoup d'autres outils et de supports (jeux, brochures, etc.) existent pour les travailleurs de première ligne mais cette exposition offre une nouvelle approche sur la thématique.

De plus, pour accompagner les jeunes dans leur parcours autour de cette exposition, il nous semble indispensable de fournir aux animateurs les moyens et les outils nécessaires. C'est pour cela qu'un guide pédagogique a été réalisé.

1 *Godin I., Decant P., Noreau N., de Smet P., Boutsen M. La santé des jeunes en Communauté française de Belgique. Résultats de l'enquête HBSC 2006. Service d'Information Promotion Education Santé (SIPES), ESP-ULB, Bruxelles, 2008.*

Les créateurs de l'exposition

Cette exposition interactive et ludique a été conçue par la Plate-Forme Prévention Sida et ses partenaires. Comme pour la conception de ses campagnes de prévention, la Plate-Forme Prévention Sida est soucieuse d'associer des partenaires à ce projet. L'expertise de chacun et la contribution des partenaires est indispensable pour aboutir au meilleur outil possible.

Porteur du projet

La Plate-Forme Prévention Sida

L'asbl Plate-Forme Prévention Sida a été créée en 2000 avec, pour mission, d'assurer en Fédération Wallonie-Bruxelles :

- le soutien à la concertation des acteurs de la prévention du sida dans le cadre de la mise sur pied des campagnes de prévention du sida et des autres infections sexuellement transmissibles à l'attention de la population générale et des jeunes en particuliers ;
- la réalisation complète de ces programmes.

Les partenaires

Comme pour l'ensemble de ses projets, la Plate-Forme Prévention Sida a lancé un appel au secteur afin de constituer un groupe de travail qui allait participer à l'élaboration de cette exposition. Ce groupe s'est réuni de nombreuses fois pendant plusieurs mois pour arriver à la finalisation de ce projet.

Le CLPS du Brabant Wallon

Le Centre Local de Promotion de la Santé du Brabant wallon (CLPS-Bw) est une asbl agréée et subsidiée par la Fédération Wallonie-Bruxelles. Ses services s'adressent à un large public de professionnels d'horizons divers : enseignement, petite enfance, aide à la jeunesse, services sociaux, soins de santé, santé à l'école, communes, environnement,… ainsi qu'à tout autre professionnel intéressé par des questions de bien-être et de qualité de vie (alimentation, estime de soi, environnement, dépendances…).

Dans le cadre de ses missions le CLPS-Bw :

- accompagne le développement de projets (analyse de la situation, définition des objectifs, mise en œuvre, évaluation) ;
- offre un accueil personnalisé centré sur le travail et les questions des professionnels ;
- met à disposition des jeux, mallettes, dossiers pédagogiques,… qui peuvent servir de tremplin pour aborder une question de santé avec un public ;
- organise des temps de rencontres et d'échanges pluridisciplinaires, en soutenant le travail en réseau et le développement communautaire.
- soutien la diffusion de campagnes, d'informations, d'activités

Sida'sol

L'ASBL Sida Sol est un service de prévention primaire, secondaire et tertiaire des IST/Sida. Les objectifs de l'association sont la prévention des IST/Sida, la recherche action, la lutte contre les discriminations, la formation et le développement d'actions de solidarité vis-à-vis des publics vulnérables. Les principales actions de l'ASBL sont l'accueil personnalisé, l'écoute téléphonique, le dépistage des IST/Sida, les consultations spécialisées sexologiques pour les personnes à risque et leurs partenaires, la mise en place de groupe de solidarité autour du sida (personnes solidaires autour de la problématique VIH) et l'organisation de formations pour les professionnels de la santé et de l'éducation.

Espace P

Espace P…est un centre d'accueil, d'aide et d'orientation pour les personnes prostituées, serveuses, clients et autres, concernés par le commerce du sexe. Espace P travaille dans une approche non- directive, c'est à dire qu'elle respecte, sans jugement moral, les choix de vie des personnes, quels qu'ils soient. Créée en 1998, l'asbl développe des programmes de promotion de la santé ainsi qu'une action sociale individuelle, collective et communautaire.

Le public

Le public final

Le public final de cette exposition est les adolescents âgés de 14 à 18 ans de tous milieux.

Le public relais

Le public relais de l'exposition regroupe les professionnels comme les professeurs, les animateurs, éducateurs, travailleurs des centres de planning familial, des centres Psycho-Médico-Social (PMS), des services de Promotion de la Santé à l'Ecole (PSE), des services d'Aide en Milieu Ouvert (AMO), des Maisons de Jeunes (MJ), etc. L'exposition est conçue pour être utilisée en groupe avec un encadrement. Le milieu scolaire est un cadre idéal pour l'utilisation de cet outil mais celui-ci peut également être utilisé en milieu extrascolaire. Cette exposition est modulable et facilement adaptable en fonction du milieu.

Les objectifs généraux

Objectif de santé

Diminuer le nombre de nouvelles infections au VIH et aux autres IST.

Objectifs pour le public final

- Améliorer le niveau de connaissance et les compétences des jeunes sur le VIH, ses modes de transmission, de protection.
- Diminuer les comportements discriminants à l'égard des personnes séropositives.
- Aborder le sida dans une approche de promotion de la santé, globale et positive.

Objectifs pour le public relais

- Proposer un nouvel outil d'animation sur la thématique du sida.
- Susciter la mise en œuvre d'activités collectives dans la classe, l'école, l'association,... en relation avec la prévention des IST/Sida et la promotion de la vie affective et sexuelle en générale.
- Aborder le sida dans une approche globale de la vie affective et sexuelle.
- Aborder la thématique du sida avec les jeunes de façon interactive et ludique.

L'exposition

Contenu

Cette exposition compte trois parties :

1. Les modules

6 modules abordent des thèmes spécifiques liés au VIH :

Module 1 : *la rencontre...*
Module 2 : *le préservatif !*
Module 3 : *les modes de transmission !*
Module 4 : *le dépistage !*
Module 5 : *vire avec...*
Module 6 : *la discrimination !*

Chaque module comporte trois axes :

Axe 1 : l'histoire
Celle-ci se présente sous la forme d'un feuillet. Chaque histoire est une petite bande dessinée de 5 cases. Cela permet d'introduire le sujet principal qui va être abordé dans le module.

Axe 2 : les tables
Les tables représentent le cœur de l'exposition. Ce sont de petites tables basses autour desquelles les jeunes vont pouvoir s'installer et aborder la thématique avec l'animateur. Il y a 4 tables par module. Chacune est illustrée et accompagnée d'information. C'est autour des ces tables que les différentes animations auront lieues.

Axe 3 : les fiches d'animation
Pour chaque module, une ou plusieurs fiches d'animation et d'information sont disponibles dans ce guide pédagogique. Ces fiches sont le support indispensable pour les personnes qui accompagnent les jeunes à travers l'exposition.

2. Les planches info

Ces planches d'information proposent des informations générales concernant le sida, les Infections Sexuellement Transmissible (IST), l'histoire de la maladie sous forme de ligne du temps, une carte du monde reprenant l'épidémiologie.

Ces planches peuvent être disposées dans la pièce où a lieu l'exposition. Elles peuvent servir de transition entre deux modules ou d'introduction à la visite avant de s'installer autour des tables.

3. Un guide pédagogique pour les animateurs

Il s'agit ici d'expliquer pour chaque module, les différents objectifs, les difficultés, les thèmes abordés, les informations nécessaires pour pouvoir répondre aux questions, les instructions pour les différentes parties didactiques ou ludiques, etc. Le but est que les animateurs se sentent à l'aise avec leur groupe avant d'aborder des sujets qui sont parfois difficiles et d'utiliser au mieux toutes les facettes de l'outil mis à leur disposition.

Ce guide est composé de trois chapitres :

Chapitre I : prise de contact
Chapitre II : les planches info et les modules
Chapitre III : les notions théoriques

Déroulement de l'exposition

Montage de l'exposition

Chaque module est composé de quatre tables : pour monter celles-ci, il convient de visser les quatre pieds à chaque coin de la table.

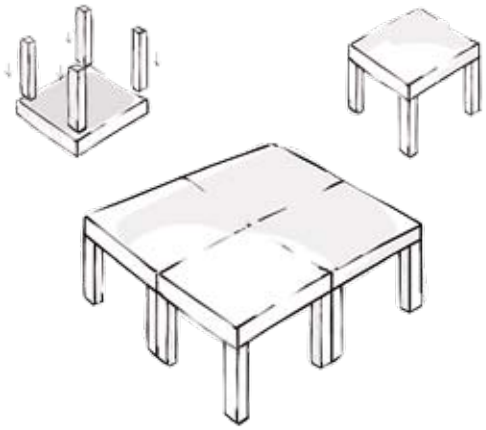
Les planches info sont imprimées sur des bâches. Celles-ci s'accrochent à un pied métallique indépendant de l'espace d'exposition. Chaque bâche et sa stucture sont rangées dans une housse de transport.

Tailles :

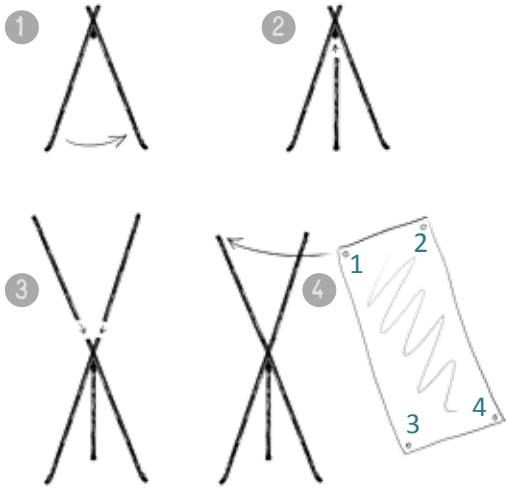
- **Tables :** 55cm x 55cm. Les 4 tables disposées en carré font 1m10/1m10.
- **Planches info :** 1m90 de haut sur 80cm de large.
- Le responsable de l'animation prévoit un espace suffisant en fonction du nombre de jeunes participants et du nombre de modules qui seront utilisés.

Temps de montage : compter 1h30 si vous êtes seul.

Montage des tables :



Montage des pieds métalliques :



Comment exploiter l'exposition ?

Chaque accompagnateur, animateur, peut choisir les modules qui l'intéressent en fonction du temps dont il dispose, des interrogations faites par le groupe, des matières non abordées auparavant. Les modules sont indépendants et il est possible d'utiliser uniquement l'un ou l'autre de ceux-ci. C'est à l'animateur de choisir. Il est recommandé d'utiliser tous les modules si l'on veut aborder la thématique du sida de la façon la plus exhaustive.

Les tables peuvent être disposées de la manière souhaitée et en fonction de la place disponible. Pour certains modules, il est préférable de respecter la disposition qui est indiquée dans les fiches présentant le module. Chaque table est numérotée afin de bien disposer les tables et de ne pas mélanger plusieurs modules.

Exemples :

M1 T1 = module 1 table 1
M2 T4 = module 2 table 4, Etc.

Pour chaque module, le groupe de jeunes va, dans un premier temps, prendre connaissance de l'histoire. Les feuillets peuvent être lus en groupe ou individuellement. Chaque feuillet introduit ainsi le groupe dans la thématique. En fonction de ce que les jeunes ont lu, l'animateur demande au groupe s'ils ont identifié le sujet qui va être abordé. Qu'en savent-ils ? Quelles sont leurs représentations ?

Ensuite, les jeunes s'installent autour des tables et l'accompagnateur peut commencer à exploiter le module avec son groupe.
Toutes les animations proposées sont des pistes pour travailler avec l'outil. Chacun est libre de s'approprier cette exposition et de l'utiliser de la meilleure façon possible en fonction de ses objectifs et de son public.

Consignes générales

Précautions

Utiliser cet outil implique d'être prêt à parler de sexualité avec les jeunes. Ce n'est pas toujours facile. Ce guide permet de préparer les animateurs. Beaucoup de questions et réflexions sont abordées et il convient d'être à l'aise avec les questionnements du groupe. Pour cela, certains relais, comme des associations de prévention du sida, des centres de planning familial, PSE, PMS, etc. peuvent également soutenir les animateurs. *(Fiche Info n°11)* L'exposition est interactive, elle permet la participation des jeunes. Si plusieurs groupes de jeunes visitent l'exposition, il est nécessaire de prévoir un animateur par module. Les jeunes qui découvrent cette exposition sont encadrés par leur professeur, éducateur,… Il est préférable que les jeunes ne découvrent pas les modules seuls.

C'est pourquoi il est important que les adultes qui accompagnent les jeunes soient préparés et se soient appropriés l'outil avant de l'utiliser. Ce document va permettre de comprendre les différents objectifs et va donner les modalités pratiques et techniques.

Quelques conseils !

- Les différentes animations qui vont être réalisées demandent à chacun de travailler dans un climat constructif et de respect de soi, de l'autre et du matériel.
- Partir des questions des jeunes, de leurs demandes et de leurs besoins. Tenir compte de l'information dont ils disposent déjà (en ce compris leurs croyances, leurs préjugés, etc.).
- Intégrer la prévention des IST et du sida dans une approche large et positive, en évitant, notamment d'aborder la sexualité uniquement sous l'angle de la maladie.
- Adapter les activités et le discours à l'âge et à la maturité des jeunes.
- Evaluer la possibilité de travailler la question de la vie affective et sexuelle et des IST avec le groupe.
- Etre attentif au climat relationnel dans la classe, et particulièrement entre filles et garçons, pour ce qui a trait à la vie sexuelle et affective (éventuellement, prévoir de travailler séparément).
- Lors d'une animation, veiller au respect de la parole de chacun (écoute, non-jugement) et donner le « droit de passer », c'est-à-dire de choisir de ne pas participer à l'activité.
- Privilégier une information claire, actuelle et objective en étant attentif aux éventuels effets contre-productifs sur le bien-être. Un ton alarmiste peut être source d'anxiété, voire jeter le discrédit sur un discours par lequel les jeunes ne se sentiront pas concernés (les jeunes vivent dans le présent).
- Etablir des liens entre objectifs de santé (même spécifiques) et objectifs d'éducation, en travaillant les compétences transversales : respect/solidarité, confiance en soi, esprit critique, etc.

Evaluation

Après une activité collective, s'assurer que les jeunes disposent d'un temps/espace (éventuellement avec un autre interlocuteur) pour faire part de leurs questions, leurs réflexions ou leurs peurs éventuelles (boîte à suggestions, formulaire d'évaluation individuel et anonyme, etc.).

*Une proposition de questionnaire d'évaluation se trouve **page 12**.*

Ressources et adresses utiles

Il existe différentes associations qui travaillent, en Communauté française, la question de la vie affective et sexuelle et des IST-sida. Cette liste de ressources et d'adresses utiles invite ainsi les animateurs à impliquer éventuellement d'autres acteurs dans les animations mises en place ou dans l'accompagnement des jeunes dans l'exposition.

*Toutes les coordonnées se trouvent sur **la Fiche Info n°11**. Le tableau vierge **page 13** est destiné à être photocopié et distribué aux jeunes avec les coordonnées des associations locales qui peuvent leur être utiles.*

Questionnaire d'évaluation

La visite de l'exposition vous a...

- ☐ amusé
- ☐ ennuyé
- ☐ intéressé
- ☐ fait réfléchir
- ☐ appris beaucoup de choses
- ☐ semblé inutile

Les informations étaient claires.

- ☐ pas du tout d'accord
- ☐ pas d'accord
- ☐ d'accord
- ☐ tout à fait d'accord

Le temps de la visite était adapté.

- ☐ pas du tout d'accord
- ☐ pas d'accord
- ☐ d'accord
- ☐ tout à fait d'accord

L'ambiance dans le groupe était bonne.

- ☐ pas du tout d'accord
- ☐ pas d'accord
- ☐ d'accord
- ☐ tout à fait d'accord

L'animation m'a éclairé sur plusieurs sujets.

- ☐ pas du tout d'accord
- ☐ pas d'accord
- ☐ d'accord
- ☐ tout à fait d'accord

Ce qui vous a rassuré :

. . . . . .

Ce qui vous a effrayé :

. . . . . .

Ce que vous avez le plus aimé :

. . . . . .

Ce que vous avez le moins aimé :

. . . . . .

Ce qu'il a manqué dans cette expo :

. . . . . .

Adresses utiles pas loin de chez toi!

Centre de planning familial de la région **(www.loveattitude.be)**

Adresse : . . . . . .

. . . . . .

Numéro de téléphone : . . . . . .

Service PSE de l'école

Adresse : . . . . . .

. . . . . .

Numéro de téléphone : . . . . . .

Centre PMS de l'école

Adresse : . . . . . .

. . . . . .

Numéro de téléphone : . . . . . .

Où faire un test de dépistage dans la région ?

Adresse : . . . . . .

. . . . . .

Numéro de téléphone : . . . . . .

Où trouver des préservatifs gratuits dans la région ?

Adresse : . . . . . .

. . . . . .

Numéro de téléphone : . . . . . .

Autres associations qui peuvent donner de l'information dans la région ? **(www.preventionsida.org)**

Adresse : . . . . . .

. . . . . .

Numéro de téléphone : . . . . . .

Partie II

Les planches info et les modules

Les planches info

Objectifs

Objectif public relais

- Aborder les notions théoriques de base au sujet des IST et du sida.

Objectifs public final

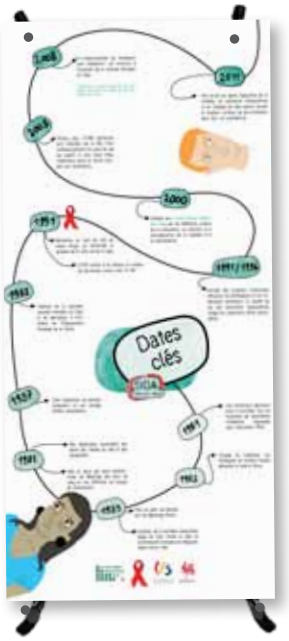
- Avoir une idée de la situation du sida en Belgique et dans le monde.
- Savoir ce qu'est une IST et le sida.

Matériel

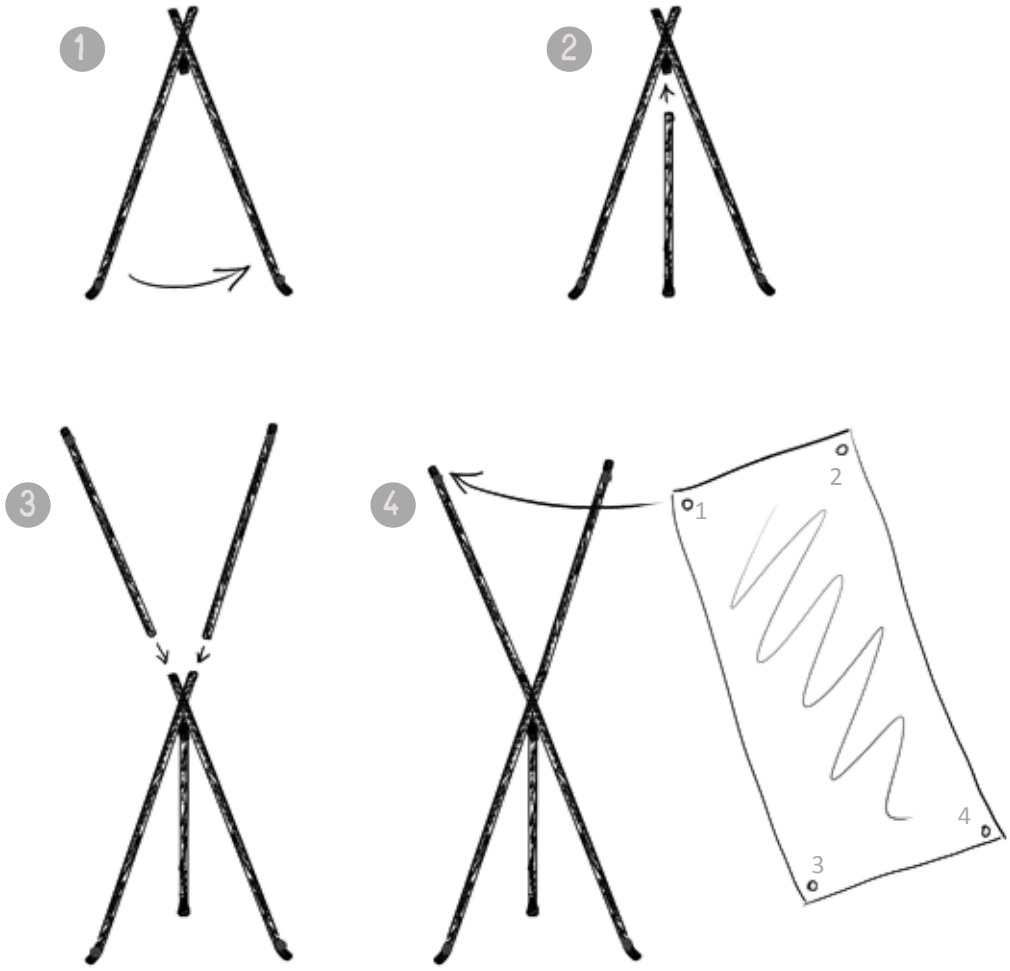
- Une planche info « le sida, c'est quoi ? Qu'est-ce qu'une IST ? »
- Une planche info « dates clés »
- Une planche info « le sida en Belgique et le sida dans le monde »
- Les Fiches Infos n°1, n°2, n°7 & n°8

Ces planches info peuvent être un soutien tout au long de l'exposition. Soutien pour aller rechercher des notions de base mais également pour l'organisation lorsque plusieurs groupes visitent l'exposition. Ils permettent à un groupe de patienter, si nécessaire, avant de se rendre au module suivant.

La ligne du temps et l'épidémiologie peuvent également servir à illustrer certains propos dans les débats, les discussions. Les jeunes peuvent aller rechercher des informations sur ces planches info.



Montage des pieds métalliques :



Objectifs

Objectifs public relais

- Ouvrir le dialogue avec les jeunes autour des relations affectives et sexuelles (contraception, rapport de genres, homosexualité, relation amoureuse, sida,…).
- Connaître les questionnements des jeunes par rapport à la thématique.
- Comprendre leurs représentations vis-à-vis de la sexualité.

Pour certains jeunes, la question des IST/Sida et de manière plus large, de sexualité va être abordée pour la première fois et il est important de ne pas leur donner une image de la sexualité qui se résume aux IST.

Ce module permet d'aborder des thèmes comme la rencontre amoureuse, la différence entre fille et garçon mais aussi la contraception, la pornographie, l'homosexualité, etc. C'est le seul module qui a une approche globale de la sexualité, qui n'est pas uniquement centré sur la thématique du sida.

C'est un module « d'introduction » à l'exposition. Il s'agit de rassembler les jeunes autour des tables et de lever les tabous, d'essayer de les mettre à l'aise.

L'histoire

Cette histoire parle de Sonia et Clément qui se rencontrent sur les bancs d'école. C'est le coup de foudre ! Ils se rapprochent l'un de l'autre et finissent par sortir ensemble. Le temps passe et ils sont de plus en plus proches, de plus en plus intimes. Puis un jour, l'envie d'aller plus loin est bien présente et des questions se posent.

Matériel

- Les feuillets avec l'histoire.
- Les quatre tables : Les quatre tables de ce module se disposent en carré et forme une seule grande table.
- La fiche d'animation n°1
- Les cartes « phrases débat »
- La Fiche Info n°1, n°10 et n°11

Matériel à prévoir en plus :

- Un coussin.
- La brochure contraception du SIPS.
- Les brochures « Garçons entr'eux » et « Filles entr'elles » de Ex-Aequo.

Les tables

Tables 1,2,3 & 4

Contenu : le dessin de ces tables et les différentes phrases évoquent une série de questions que les jeunes peuvent avoir par rapport à leur vie affective et sexuelle.

Proposition d'animation : jeu – débat.

→ *Fiche d'animation n°1*

Fiche d'animation **1**

Le jeu des phrases débats et du coussin

Ces phrases sont des affirmations/négations caricaturales qui ont pour but d'amener le débat.

Les jeunes assis autour de la table se passent un coussin. Le coussin est un « bâton de parole ». Le jeune pêche une « carte phrase débat » et est amené à donner son avis sur la phrase, et le restant du groupe est ensuite amené à réagir. Il n'y a pas forcément de réponse juste mais c'est la richesse de l'argumentation et la confrontation des idées qui sont importantes.

A chaque fois que l'on passe le coussin, on laisse la parole à la personne qui le prend. Elle peut alors réagir sur ce qui se dit, poser des questions, y répondre, etc. L'animateur est là pour recadrer les échanges et apporter des réponses. L'animateur peut sélectionner à l'avance une série de cartes « phrase débat » avec lesquelles il se sent à l'aise et peut écarter les autres.

Objectifs

Objectifs public relais

- Evoquer avec les jeunes les moments où ils sont plus vulnérables par rapport à des prises de risque.
- Rappeler que le préservatif est un moyen de protection efficace contre le VIH.
- Donner de bons conseils sur l'utilisation du préservatif.

Objectif public final

- Se familiariser avec le préservatif, de comprendre son importance mais également son mode d'emploi.

L'histoire

Cette histoire illustre comment deux jeunes peuvent, dans certaines circonstances, prendre un risque.
Une bande de copains sortent ensemble en boîte. L'ambiance monte, les jeunes boivent un verre, puis deux, trois,... Arnaud et François se rapprochent, sortent ensemble puis... Le lendemain au réveil, les souvenirs sont vagues et des questions se posent. La fête, la consommation d'alcool est un facteur de risque parmi d'autres comme vous le lirez ci-dessous.

Matériel

- Les feuillets avec l'histoire.
- Les 4 tables :

Table 1 " Le préservatif, pas toujours facile d'y penser "
Table 2 " Le préservatif, te protège, protège les autres "
Table 3 " Le préservatif, comment en parler ? J'ose le proposer ? "
Table 4 " Le préservatif : mode d'emploi ! "
(Les tables de ce module se disposent comme vous le souhaitez.)

- Le sexe en plastique.
- Lunettes qui simulent l'état d'ébriété.
- La brochure « Soyons K-Potes !

- Les fiches d'animation n°2, 3«, 4, 5 et 6.
- La Fiche Info n°3.

Matériel à prévoir en plus

- Affiche « lapin K-Pote » vierge. (Faire des photocopies de l'affiche en fiche d'animation n°4).
- Languettes de papier où sont indiquées les différentes étapes de l'utilisation du préservatif. (Faire des photocopies du tableau en fiche d'animation n°5).
- Préservatifs.

Les tables

Table 1

Contenu : la première table permet d'évoquer avec les jeunes les moments où l'on peut être plus vulnérable et où le préservatif est difficile à utiliser.

Proposition d'animation : échange, partage d'expériences. → *Fiche d'animation n°2.*

Table 3

Contenu : cette table évoque les freins qui peuvent exister quant à l'utilisation du préservatif. Comment en parler…?

Proposition d'animation : création de « code K-Pote ». → *Fiche d'animation n°4.*

Table 4

Contenu : la deuxième table aborde, avec les jeunes, les questions pratiques liées au préservatif. Quoi ? Où ? Combien ? etc.

Proposition d'animation : questions/réponses sur le préservatif. → *Fiche d'animation n°3.*

Table 4

Contenu : la dernière table donne les informations nécessaires à la bonne utilisation du préservatif. Son mode d'emploi, les conseils à respecter.

Proposition d'animation : jeux sur l'utilisation du préservatif. → *Fiches d'animation n°5 et n°6.*

Fiche d'animation 2 3 4 5 6

Introduction

Quel que soit le sexe, l'âge, la culture ou l'orientation sexuelle, il y a des moments, dans la vie où utiliser un préservatif peut être plus difficile. En effet, il n'est pas facile d'utiliser un préservatif quand on a trop bu, en vacances, lorsqu'on a l'impression de bien connaître son/sa partenaire et qu'on a donc confiance en lui/elle, ou simplement quand on n'est pas très à l'aise pour en parler.

Animation

Discuter avec les jeunes de leurs moments de vulnérabilité.
Exemples de questions à poser au groupe :

- *Quels sont les expériences qu'ils peuvent partager à propos du préservatif ?*
- *Sont-ils déjà tombés amoureux en vacances ?*
- *Ont-ils déjà rencontré quelqu'un sur internet ?*
- *Sont-ils déjà sortis avec quelqu'un qu'ils ne connaissent pas en ayant bu ?*
- *Ont-ils déjà eu des relations avec quelqu'un de plus âgé ou de plus expérimenté qu'eux ?*
- *Ont-ils déjà eu peur de dire non ?*

Exemples de moments de vulnérabilité

voir brochure " Soyons K-Pote "

La première fois,...

Beaucoup de jeunes souhaitent que leur première fois soit un moment magique plein d'amour et d'émotions. Mais ce moment est aussi souvent source de tracas ou de soucis car on se lance dans l'inconnu. L'excitation, l'attente du premier rapport, l'amour infini pour l'autre ou la confiance que l'on a en lui/elle peut nous faire perdre pied et ainsi nous faire oublier des gestes essentiels tels que l'utilisation du préservatif.

A l'école,...

Lorsque l'on va à l'école c'est pour apprendre. Mais mille et une autres choses s'y passent. Les filles papotent au sujet de leur nouvel amoureux, les garçons regardent les filles... Bref l'école représente aussi un lieu de drague et de séduction où les histoires d'amour naissent souvent... Lorsqu'un jeune couple décide d'aller plus loin, il peut lui arriver de ne plus penser au préservatif car :

- *ça fait des années qu'ils sont dans la même classe et, dès lors, ils ont confiance car ils se connaissent bien.*
- *on ne connaît pas toujours son utilité à partir du moment où la fille prend la pilule.*
- *encore plein de vitalité, le jeune a l'impression qu'il ne peut rien lui arriver...*

En vacances,...

En vacances, on oublie tout ... La routine, les soucis, les obligations et tout le reste. Les jeunes en profitent pour se lâcher, s'amuser, faire tout ce qu'ils n'ont pas l'occasion de faire pendant l'année. Les vacances sont aussi propices aux rencontres, ainsi elles peuvent se révéler un moment riche en aventures. En effet, la plage, les palmiers, les corps sous le soleil, l'eau qui dégouline sur la peau mettent tous les sens en éveil. Pour éviter de bien mauvais souvenirs de vacances, mieux vaut sortir couvert mais il n'est pas toujours facile d'aborder la question du préservatif dans ce contexte.

En fiesta,...

En sortie, l'alcool, la drogue, la musique, peuvent porter les jeunes dans un état d'euphorie et d'excitation propice à la fête, aux rencontres. Mais dans ces moments-là, ils ne maîtrisent plus tout à fait ce qu'ils leur arrivent. Et, lorsqu'ils ont envie de passer à l'acte, ils n'ont pas toujours facile de parler du préservatif ou de l'utiliser car :

- *ils ont trop bu,*
- *ils sont persuadés que ça casse l'ambiance,*
- *ils ne savent plus comment aborder la question,*
- *ils n'y pensent plus ou encore il n'y a pas de préservatifs dans la discothèque.*

Sur internet,...

Séduire en portant son costume dernier cri, c'est dépassé ! Le nouveau terrain de drague à la mode c'est le net. En effet, nombreux sont les chatteurs/chatteuses qui cherchent leur future conquête via les sites de rencontre. Internet a cette double particularité d'une part, de permettre des rencontres virtuelles qui peuvent donner l'impression de se connaître ; et d'autre part, d'offrir un certain anonymat qui permet de se lâcher et d'aborder toute une série de sujets plus intimes. Cela jusqu'à la rencontre officielle. Cette rencontre en direct est un moment fort attendu, elle peut faire naître une panoplie d'émotions telles que l'excitation, la déception, l'idéalisation ou encore un aveuglement. Toutes ces émotions sont autant de facteurs dangereux qui peuvent favoriser les relations sexuelles à risque.

Distribuez ou conseillez la brochure « Soyons K-Potes, Guide pratique » aux jeunes. Cette brochure entre en détail dans ces moments de vulnérabilité et donne toute une série de conseil aux jeunes !

Fiche d'animation 2 3 4 5 6

Introduction

Il n'y a pas de règles pour savoir qui doit avoir un préservatif avec soi (le garçon ou la fille). Souvent les jeunes filles pensent que si elles ont un préservatif avec elle, on va penser que ce sont des filles faciles. Les garçons ont peur de passer pour des « mecs qui ne pensent qu'à ça ». Avoir un préservatif sur soi et l'utiliser est une marque de respect pour son/sa partenaire et pour soi-même. Le préservatif doit être conservé dans un milieu où il ne peut être abimé. Ne pas garder le préservatif dans un portefeuille ni dans un sac ou une poche où il y a des objets coupants ou pointus.

Animation

Questions/réponses :

- *Quand faut-il avoir un préservatif avec soi ?*
- *Qui doit avoir un préservatif sur soi ? La fille ou le garçon ?*
- *Où doit-on ranger ses préservatifs ?*
- *Où achète-t-on des préservatifs ?*
- *Est-il possible de trouver des préservatifs gratuits ?*
- *C'est quoi le préservatif féminin ?*
- *Combien coûte un préservatif ?*
- *Un préservatif est un moyen de contraception… et la pilule, elle protège des IST ?*

Fiche d'animation 2 3 4 5 6

Introduction

Parfois, les jeunes n'ont aucun mal à se procurer des préservatifs. Aussi, souvent les jeunes pensent à les utiliser et sont conscients de leur importance. Mais quand le moment arrive, ils n'osent pas en parler à leur partenaire. Ils ont peur d'être jugés ou de passer pour quelqu'un de facile. La campagne « lapin K-pote » avait pour but de banaliser l'utilisation du préservatif en aidant les jeunes à en parler. Pour cela, de nombreux « codes K-Pote » ont été créés. Chacun peut également créer son propre code.

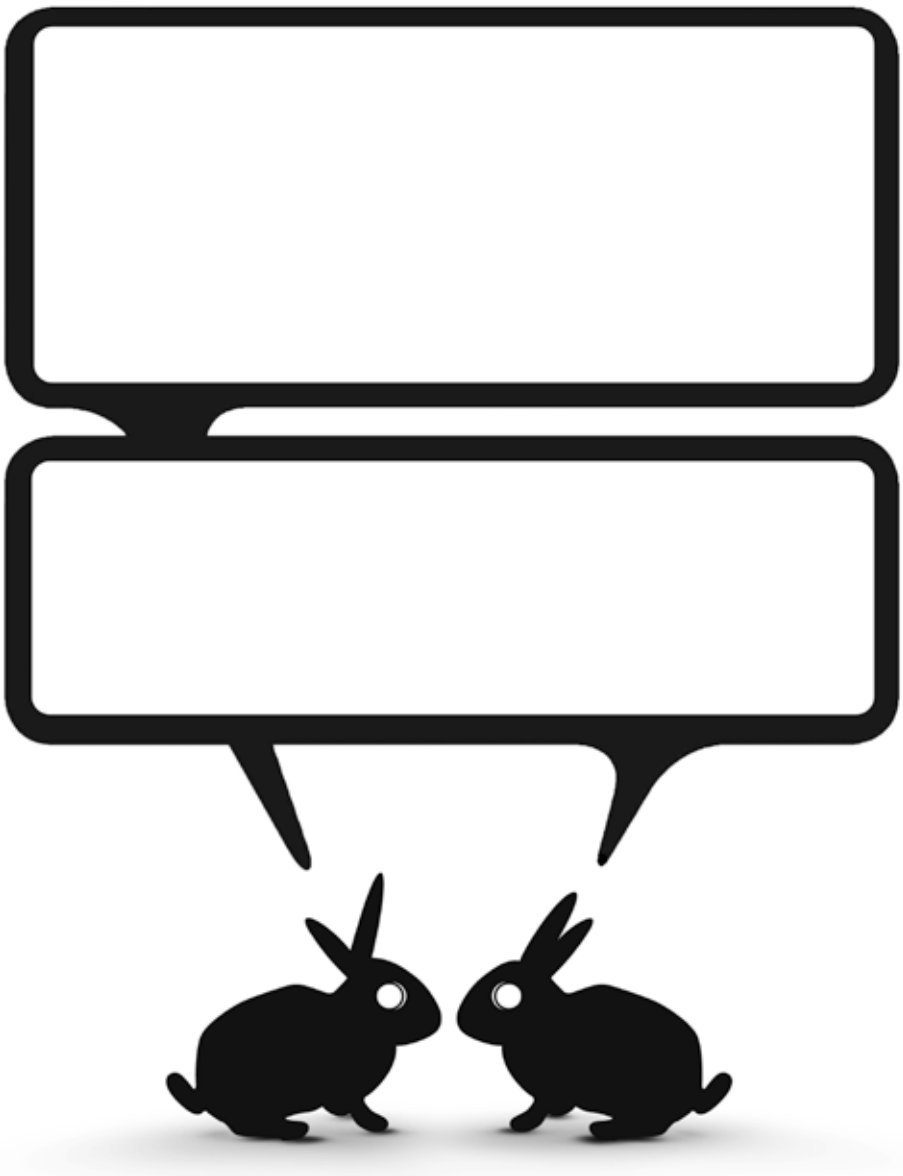
Exemple de codes K-Pote :

« Ça te dit une banane ? Oui mais avec la peau ! »
« Sans K-Pote, on sera juste potes ! »
« Sire, mettons Excalibur dans son fourreau. »
« A chaque super héro… son super costume ! »
« Avec un condom, t'es déjà mon homme ! »
« K-Potes ? Yes we can ! »
« Avant la culbute, emballe ta babelutte ! »

Animation

Création de « codes K-Pote »

- Distribuer une affiche vierge « lapin K-Pote ».
- Demander aux jeunes de réfléchir (seul ou en groupe) à des idées de « code K-Pote » et créer une affiche.
- Faire un tour de table où chacun lit les différents codes.



Le préservatif.
Parlez-en comme vous voulez,
mais parlez-en.

PLATE-FORME PRÉVENTION SIDA

www.preventionsida.org

Fiche d'animation 2 3 4 5 6

Introduction

Lorsqu'on utilise un préservatif, certaines précautions sont à respecter afin d'utiliser le préservatif de la manière la plus safe possible. Ces précautions sont détaillées ci-dessous et sont à respecter dans l'ordre !

Animation

- Former deux groupes parmi les jeunes assis autour de la table.
- Distribuer à chaque groupe les différentes étapes de l'utilisation du préservatif, soigneusement mélangées. (Photocopie page suivante)
- En groupe, les jeunes doivent remettre dans l'ordre les différentes étapes.
- Faire la correction en commun. (L'ordre sur la fiche est correct).
- Faire un débriefing. Quelles sont les erreurs ? Pourquoi ces étapes sont-elles importantes ?

1. Regarder la date de péremption.
2. Vérifier que le préservatif est aux normes CE.
3. Acheter les préservatifs.
4. Attrait sexuel.
5. Erection.
6. Vérifier la date de péremption.
7. Ouvrir délicatement l'emballage avec les doigts.
8. Sortir le préservatif de son emballage.
9. Pincer le réservoir avec les doigts pour chasser l'air.
10. Mettre le préservatif sur le sexe en érection.
11. Dérouler le préservatif jusqu'à la base du pénis.
12. Contact génital.
13. Pénétration.
14. Ejaculation.
15. Retrait du pénis en tenant le préservatif à la base du sexe.
16. Perte d'érection.
17. Enlever le préservatif.
18. Faire un nœud au préservatif.
19. Jeter le préservatif dans une poubelle.

Fiche d'animation 2 3 4 5 6

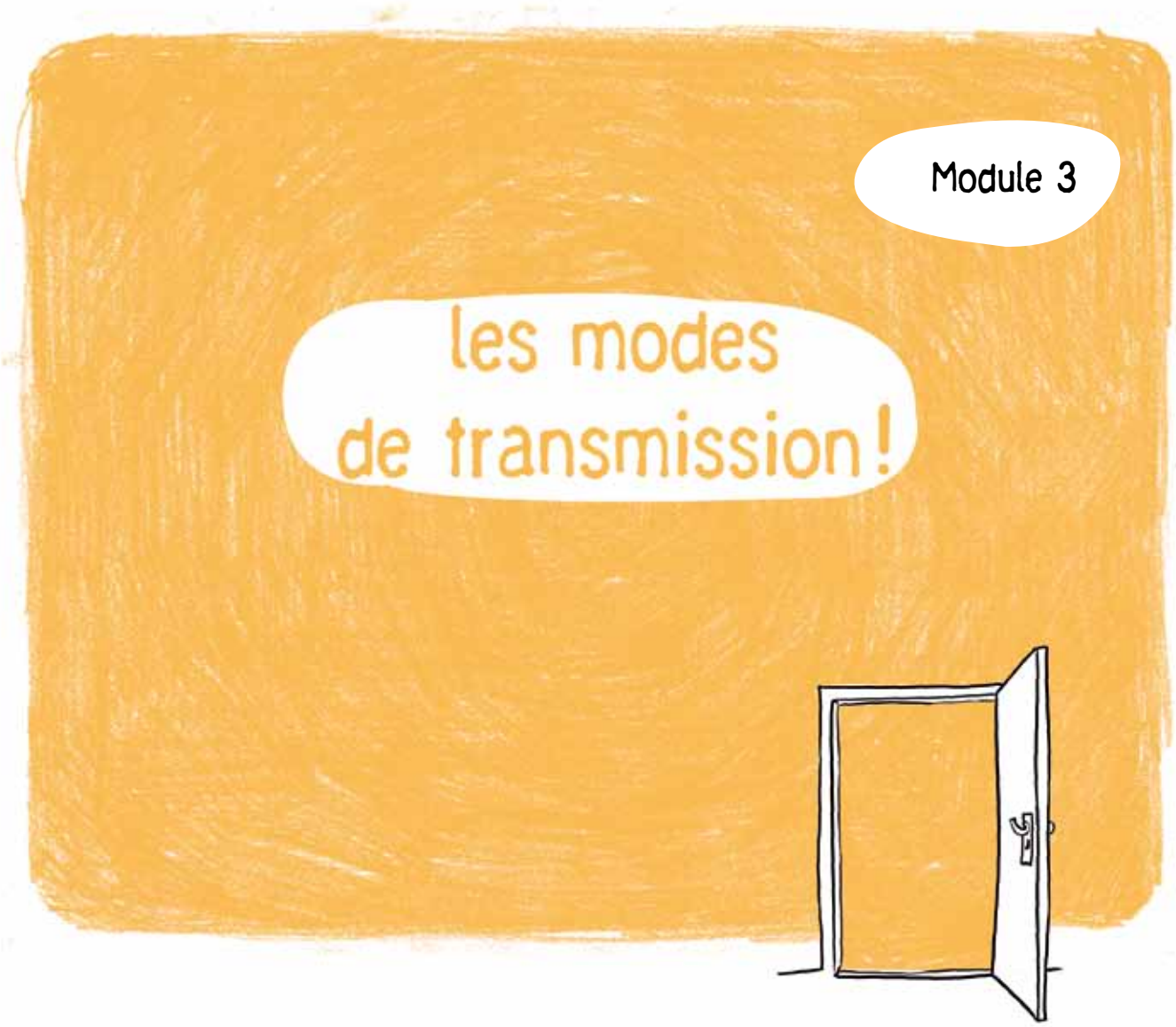
Introduction

Après l'animation du jeu du préservatif *fiche d'animation n°5*, il s'agit ici de passer de la théorie à la pratique. Cette animation se déroule avec le sexe en plastique, disposé au milieu de la table 4. *(M2 T4)*

Animation

- Demander au groupe de jeunes qui est volontaire pour mettre en pratique ce qu'il vient d'assimiler.
- Donner une pochette de préservatif encore bien fermée au jeune.
- Demander au participant d'utiliser correctement le préservatif sur le sexe en plastique qui se trouve sur la table en disant à voix haute les étapes qu'il suit.
- Demander au reste de groupe d'être bien attentif afin de pouvoir, une fois que le participant a terminé, lui signaler ses éventuelles erreurs ou oublis.
- Demander au participant de réessayer en portant « les lunettes qui rendent saoul ».
- Voir avec le jeune et le reste du groupe quelles sont les difficultés lorsque l'on a bu.
- Refaire éventuellement l'activité avec un autre membre du groupe.

- [ ] Regarder la date de péremption.
- [ ] Vérifier que le préservatif est aux normes CE.
- [ ] Acheter les préservatifs.
- [ ] Attrait sexuel.
- [ ] Erection.
- [ ] Vérifier la date de péremption.
- [ ] Ouvrir délicatement l'emballage avec les doigts.
- [ ] Sortir le préservatif de son emballage.
- [ ] Pincer le réservoir avec les doigts pour chasser l'air.
- [ ] Mettre le préservatif sur le sexe en érection.
- [ ] Dérouler le préservatif jusqu'à la base du pénis.
- [ ] Contact génital.
- [ ] Pénétration.
- [ ] Ejaculation.
- [ ] Retrait du pénis en tenant le préservatif à la base du sexe.
- [ ] Perte d'érection.
- [ ] Enlever le préservatif.
- [ ] Faire un nœud au préservatif.
- [ ] Jeter le préservatif dans une poubelle.



Objectifs

Objectifs public relais

- Aborder avec les jeunes la question des prises de risque.
- Savoir ce qui est dangereux, risqué. Ce qui l'est moins.

Objectifs public final

- Connaitre les différents modes de transmission du VIH.
- Identifier les liquides contaminants.
- Identifier les comportements à risque.
- Savoir ce qui est dangereux, risqué. Ce qui l'est moins.

L'histoire

Cette histoire évoque une prise de risque et les questions qui en découlent. Céline et Marc se retrouvent seuls. Ils ont très envie l'un de l'autre. Malheureusement, ils n'ont pas de préservatif. Ils décident donc de ne pas avoir de rapport sexuel mais ils vont tout de même avoir des moments intimes : cunnilingus et fellation. Mais ensuite, ils se posent des questions… « Est-ce que j'ai pris un risque ? »

Matériel

- Les feuillets avec l'histoire.
- Les 4 tables :
  Table 1 *« Les liquides contaminants »*
  Tables 2 & 3 *« Les modes de transmission du VIH »*
  Table 4 le jeu *risque ou pas risque ?*
- La fiche d'animation n°7.
- Les Fiches Infos n°2, n°4 et n°7.
- Plaquettes de réponse verte, orange et rouge pour le jeu « *risque ou pas risque ?* ».

Les tables

Tables 1, 2 & 3

Contenu : ces trois tables montrent de manière schématisée où se trouve le virus dans l'organisme et comment il peut passer d'une personne à l'autre.

Table 4

Contenu : cette table présente toute une série de pictogrammes représentant des situations « risquées ou pas risquées ». Cette table est une table de jeu.
Proposition d'animation : jeu d'évaluation « risque, pas risque ». → *Fiche d'animation n°7.*

Fiche d'animation

7

Introduction

Le plateau de jeu appelé *« Risque ou Pas risque ? »* est directement imprimé sur la table. Ce plateau évoque une vingtaine de situations de la vie sexuelle mais également de la vie ordinaire qu'une personne peut rencontrer. Il est important de préciser que ce jeu concerne les risques liés à la transmission du VIH.

Animation

Le jeu *« Risque ou Pas Risque ? »*

Faire des équipes de 5 avec le groupe de jeunes.

- Donner à chaque équipe les trois plaquettes de couleur en leur expliquant à quoi correspondent les différentes couleurs. Plaquette verte : pas de risque. Plaquette jaune : risque faible ou moyen. Plaquette rouge : risque élevé.
- Expliquer la première situation qui se trouve sur la table.
- Laisser un moment de réflexion.
- Demander aux groupes de montrer la plaquette de couleur choisie, si le groupe pense que le risque de transmission du VIH est inexistant, faible ou élevé ? Demander pourquoi ?
- Corriger les réponses données en leur expliquant leur erreur et en illustrant grâce aux trois autres tables.
- Continuer de cette façon avec chaque situation.

Correction jeu *Risque ou Pas Risque ? (M3 T4) :*

Les réponses ci-dessous servent de base de discussion avec les jeunes. Elles vous sont données à titre d'indication mais peuvent être nuancées en fonction des réponses des jeunes. Les dessins peuvent être interprétés par les jeunes de différentes manières. L'animateur est là pour recadrer.

1 Le Baiser

Pas de risque

Le baiser ne représente aucun risque de transmission du sida. La salive ne transmet pas le virus.

2 La masturbation

Pas de risque

Il n'y a aucun risque d'attraper le sida en se masturbant.

3 La fellation avec préservatif

Pas de risque

Il n'y a pas de risque de transmission lors d'une fellation si le préservatif est correctement utilisé.

4 Le cunnilingus avec utilisation du carré de latex

Pas de risque

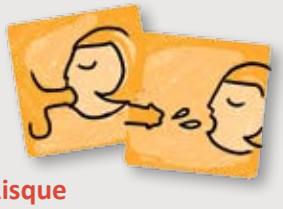
Il n'y a aucun risque de transmission lors d'un cunnilingus où le carré de latex est correctement utilisé.

5 Les caresses anales

Risque très faible

Les caresses ne représentent pas un risque. Toutefois, il peut y avoir un risque si la personne a des plaies non cicatrisées sur la main et que des sécrétions sexuelles ou du sang sont en contact avec cette plaie.

6 La fellation avec éjaculation dans la bouche



Risque

Lors d'une fellation sans protection, le risque de transmission du sida est moyen. Toutefois, celui-ci augmente s'il y a éjaculation dans la bouche.

7 Pénétration vaginale protégée

Pas de risque

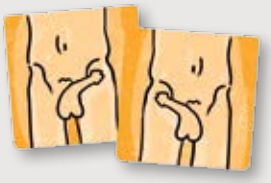
Il n'y a pas de risque lors de relations sexuelles protégées avec pénétration vaginale.

8 Partage de seringue, utilisation de seringue usagée.

Risque élevé

Le risque de transmission par le sang est très élevé. Il l'est donc lors d'échange de seringues.

9 Pénétration anale entre deux hommes



Risque élevé

Le risque de transmission lors d'une relation sexuelle avec pénétration anale non protégée est élevé. Retenir : dés qu'il y a pénétration sans protection, le risque est élevé.

10 Se faire faire un tatouage avec du matériel stérile

Pas de risque

Lorsque que l'on se fait tatouer dans une boutique agréée et que les outils sont stériles, il n'y a aucun risque de transmission. On peut toujours demander au tatoueur d'ouvrir l'emballage de l'instrument stérile devant soi. Le risque est évidement élevé si le tatouage est réalisé sans précaution (dans un camping de festival, dans la rue...)

11 Le cunnilingus

Risque faible

Le risque de transmission est très faible lors d'un cunnilingus. Il augmente en présence de lésions ou pendant les règles. Mais si le risque pour le VIH est théorique, il existe bel et bien pour une série d'autres IST (Herpès, Syphilis, Gonorrhée, Chlamydia,...)

12 Pénétration vaginale

Risque élevé

Le risque lors d'une relation avec pénétration vaginale non protégée est élevé.

13 Relation sexuelle entre deux femmes

Risque faible

Il y a un risque moyen de transmission lors de relations sexuelles entre femmes. Celui-ci augmente en cas de lésion et lors des règles.

14 Donner son sang, se faire transfuser

Pas de risque

Il n'y a aucun risque de transmission dans la chaîne du don de sang en Belgique et dans le milieu hospitalier.

15 Pénétration anale protégée entre un homme et une femme.

Pas de risque.

Il n'y a pas de risque lors de relations sexuelles protégées. Toutefois il est important de rappeler qu'il faut utiliser le préservatif correctement et il est conseillé d'utiliser du lubrifiant à base d'eau pour éviter que le préservatif ne s'abîme.

Pourquoi retrouve-t-on pénétration anale entre deux hommes et entre homme et femme ? → Pour pouvoir expliquer aux jeunes qu'il n'y a pas de différence entre les deux. La pénétration anale est identique étant donné que l'anus d'une femme est similaire à celui d'un homme.

16 Les caresses vaginales

Risque très faible

Les caresses ne représentent pas un risque. Toutefois, il peut y avoir un risque si la personne a des plaies non cicatrisées sur la main et que des sécrétions vaginales sont en contact avec cette plaie.

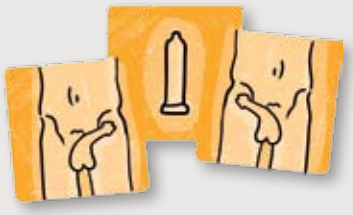
17 Contact avec du sang sur la peau

par ex. ici : on prend un mouchoir sur lequel il y a du sang.

Risque faible

Il y a peu de risque d'attraper la maladie si l'on est en contact avec du sang. Le risque est présent si la personne présente des plaies sur les mains ou sur la partie du corps avec laquelle le sang est en contact. Il est important de préciser que le virus, à l'air libre, meurt en quelques minutes.

18 Pénétration anale protégée entre deux hommes



Pas risque

Il n'y a pas de risque lors de relations sexuelles avec pénétration anale protégée. Toutefois il est important de rappeler qu'il faut utiliser le préservatif correctement et il est conseillé d'utiliser du lubrifiant à base d'eau pour éviter que le préservatif ne s'abîme.

19 Partager une cigarette, un joint

Pas de risque

Il n'y a aucun risque lors de l'échange d'un joint ou d'une cigarette. La salive ne transmet pas le sida.

20 Partager un repas, boire dans un verre

Pas de risque

Il n'y a aucun risque de transmission en mangeant à la même table, en buvant dans le verre de quelqu'un, en se serrant la main, en allant aux toilettes...

21 Relation sexuelle entre deux femmes dont une est réglée

Risque

Il y a un risque lors de relation sexuelle entre femmes, en particulier lors des règles ou en présence de lésions.

23 Se faire faire un piercing dans une boutique agréée

Pas de risque

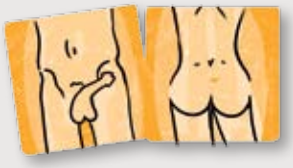
Lorsque que l'on se fait un piercing dans une boutique agréée et que les outils sont stériles, il n'y a aucun risque de transmission. Attention, même remarques que pour le tatouage.

22 Partage son rasoir, sa brosse à dents

Risque faible

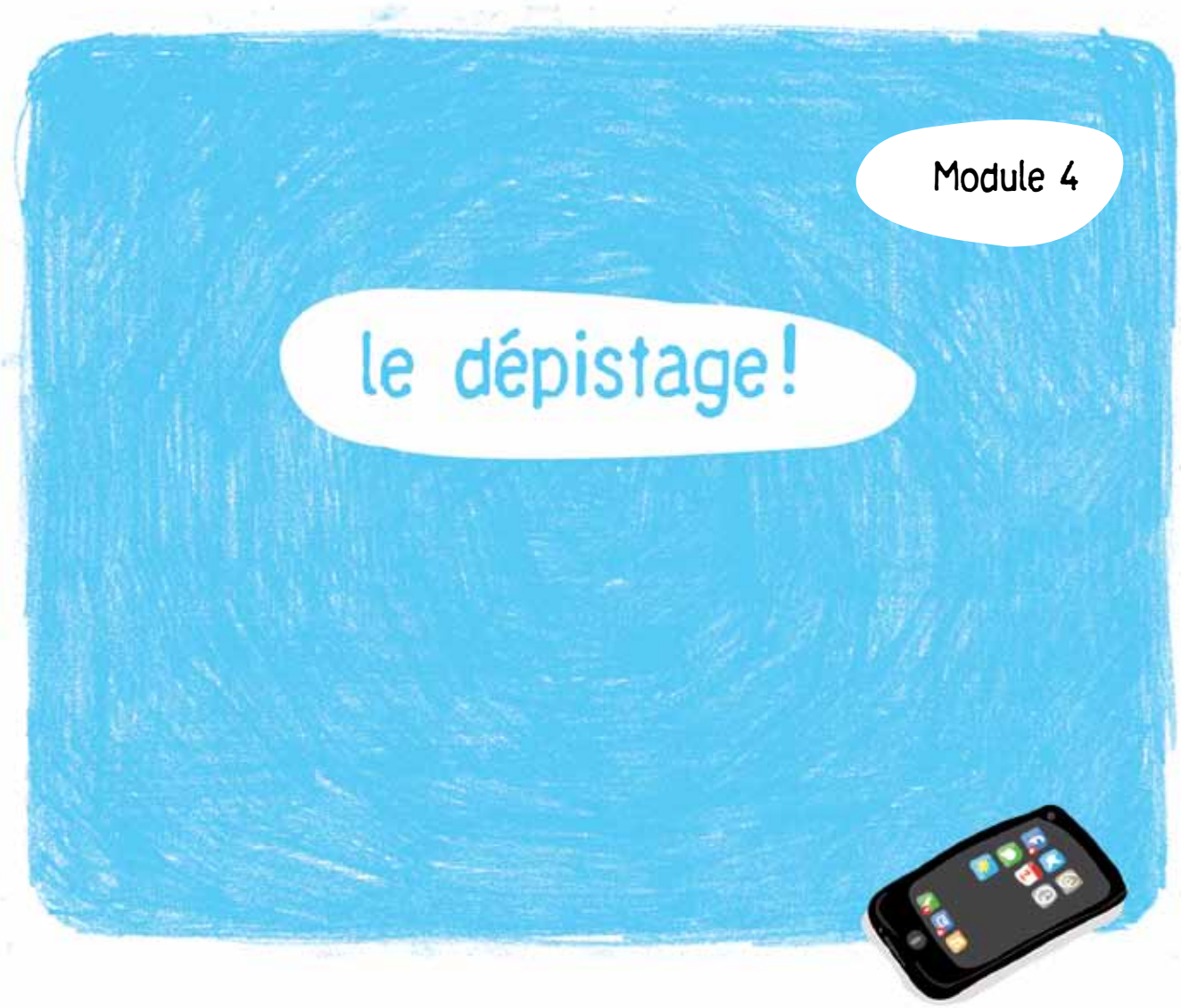
Le risque pour la transmission du VIH est pratiquement nul. Pour rappel, le virus dans le sang à l'air libre meurt en quelques minutes. Il peut toutefois y avoir un risque (très faible) dans le prêt de la brosse à dents ou d'un rasoir s'il y a eu saignement des gencives ou coupure lors du rasage...

24 Pénétration anale entre un homme et une femme



Risque élevé

Le risque de transmission lors d'une relation sexuelle avec pénétration anale non protégée est élevé.



Objectifs

Objectifs public relais

- Sensibiliser les jeunes au dépistage.
- Permettre aux jeunes de se questionner par rapport aux freins.

Objectifs public final

- Connaître le comportement à adopter lorsque l'on a pris un risque.
- Connaître les lieux où faire un dépistage. Comment ça se passe ? Combien ça coûte ?

L'histoire

Cette histoire présente Céline et Marc qui sont angoissés suite à des relations sexuelles non protégées. Elle met en évidence que la seule façon de savoir si on est infecté, lorsqu'un risque a été pris, est le test de dépistage.

Lorsqu'on est infecté par le VIH
Il n'y a pas forcément de signes extérieurs visibles
Risque ? Dépistage
Quand faire le test ?
1 MARS
Que faire en attendant de faire le test ?
30 AVRIL
Où faire le test ?
31 MAI
€ ?
www.preventionsida.org

Matériel

- Les feuillets avec l'histoire.
- La bâche « Comment savoir ? » qui recouvre les 4 tables.
- Les 4 tables.

Table 1 : « Risque ? Dépistage ! »
Table 2 : « Quand faire le test ? »
Table 3 : « Que faire en attendant de faire le test »
Table 4 : « Où faire le test? € ?

- Les fiches d'animation n°8, n°9 et n°10.
- Les Fiches Infos n° 5, n°6, n°7 et n°8.

Les 4 tables se disposent ensemble, formant un grand carré. La bâche, « Comment savoir ? », vient dans un premier temps, par-dessus les 4 tables.

Les tables

La bâche « Comment savoir ? »

Contenu : ce dessin introduit le thème du dépistage.
Proposition d'animation : discussion, débat autour de questions. → *Fiche d'animation n°8.*

Table 1

Contenu : « Risque ? Dépistage ! » aborde la question de la confiance en son (sa) partenaire et l'importance du préservatif et du dépistage.
Proposition d'animation : dialogue, débat sur la confiance. → *Fiche d'animation n°9.*

Table 2, 3 & 4

Contenu : ces trois tables regroupent les questionnements que l'on peut avoir par rapport au test de dépistage.
Proposition d'animation : quiz. → *Fiche d'animation n°10.*

Fiche d'animation

8 9 10

Introduction

Lorsque l'on est infecté par le VIH, il n'y a pas forcément de signes extérieurs visibles. Le dépistage est le seul moyen de savoir si on est infecté. Connaître son statut sérologique est nécessaire afin de prendre au plus vite un éventuel traitement et de protéger les autres d'une contamination.

Animation

- Demander aux jeunes quelles images ils ont d'une personne séropositive ?
- Quels sont les symptômes de l'infection au VIH ?
- Quand les symptômes apparaissent-ils ? Combien de temps restent-ils ?
- Après combien d'année une personne passe-t-elle au stade SIDA ?
- C'est quoi une maladie opportuniste ?

Fiche d'animation

8 9 10

Introduction

Dans une relation avec son (sa) partenaire, la confiance en soi et en l'autre est très importante. C'est sur cette confiance commune que peut se construire quelque chose de sérieux entre deux personnes. Toutefois, cette table met en lumière le chemin que peut parcourir le virus avant d'y être confronté. Il suffit d'une personne qui rompt la confiance parmi toutes ces personnes pour que le virus passe d'une personne à l'autre.

Animation

Dialogue, débat autour des sujets suivants :

- Utiliser un préservatif dans une relation n'est pas un manque de confiance vis-à-vis de l'autre.
- Si je propose un préservatif, mon (ma) partenaire n'aura pas confiance en moi.
- L'utilisation du préservatif est une marque de respect de son (sa) partenaire.
- Après 3 mois, si les deux partenaires le souhaitent, ils peuvent aller faire un test ensemble et, si les résultats sont négatifs, ne plus utiliser le préservatif.
- Il est préférable de faire un test de dépistage que d'utiliser le préservatif.
- Même si le résultat du test est positif, il vaut mieux continuer à utiliser le préservatif.

Introduction

Ce quiz a pour but de donner les informations nécessaires aux jeunes sur le test de dépistage.

Animation

Quiz :

- **Combien de personnes sont-elles infectées par le VIH chaque jour en Belgique ?**
  Chaque jour, trois nouvelles personnes sont diagnostiquées positives au VIH en Belgique. En 2009, 1135 nouvelles infections ont été recensées.
- **Où est-il possible de réaliser un test de dépistage ?**
  Chez un médecin, dans un centre de planning familial, dans un centre de dépistage anonyme et gratuit, à l'hôpital, dans certaines associations de prévention du sida. Bien indiquer aux jeunes les endroits possibles dans la région.
- **Connais-tu un centre de planning familial à proximité de chez toi, de ton école ?**
  Réponse à déterminer par l'animateur.
- **Combien de temps doit-on attendre pour faire un test de dépistage ?**
  3 mois pour être sûr à 100%.
- **Combien de temps doit-on attendre pour avoir les résultats du test de dépistage ?**
  Généralement, les résultats sont disponibles une semaine après la prise de sang.
- **Peut-on recevoir ses résultats par la poste ou par téléphone ?**
  Non, les résultats doivent être communiqués par un médecin, directement à la personne concernée. Un accompagnement est nécessaire lors de la remise du résultat. Soutien et démarche si positif. Conscientisation pour des comportements plus responsables à l'avenir si résultat négatif.
- **Combien coûte le test de dépistage ?**
  Cela dépend où il est réalisé. Certains centres de dépistage font le test gratuitement, certains centres de planning également. Parfois, il faudra payer uniquement 5, 10 euros ou la consultation du médecin. Chez un médecin traitant, il faut payer une visite classique et parfois le test en laboratoire… Le prix varie donc de 0 à 50 €. Il faut donc bien se renseigner avant (preventionsida.org ou loveattitude.be)
- **Peut-on aller donner notre sang pour connaître notre statut sérologique ?**
  Non, avant un don de sang, un questionnaire doit être rempli et chaque personne consulte le médecin du centre. Celui-ci peut refuser le don de sang si la personne a été transfusée peu de temps avant, si elle a récemment changer de partenaire,…
- **Quels sont les symptômes d'une personne vivant avec le VIH ?**
  Lors de la primo-infection (les premières semaines de l'infection), après une dizaine de jours, il est possible (pas systématique) que la personne développe certains symptômes semblables à ceux de la grippe (fatigue, fièvre, diarrhée, éruption cutanée, ganglion, douleur musculaire). Ceux-ci vont toutefois disparaître. Une personne séropositive n'a donc aucuns symptômes visibles. La seule façon de savoir si on est infecté est de faire un test.
- **Qu'est-ce qui t'empêcherait d'aller faire un test ?**
  Les freins au dépistage sont évoqués dans la Fiche Info n°6.
- **Sais-tu comment l'on fait un test de dépistage ?**
  Simple Prise de sang.

Objectifs

Objectifs public relais

- Déconstruire les fausses idées que les jeunes ont sur la maladie et sur les personnes malades.
- Diminuer les préjugés liés à la maladie.

Objectifs public final

- Comprendre qu'au-delà des modes de transmission présentés dans le module 3, le reste des gestes de la vie ne présente aucun risque.
- Diminuer les craintes liées à la maladie.
- Avoir une approche plus positive de la maladie.

L'histoire

Cette histoire met en lumière la peur qu'on peut ressentir face à une telle maladie. Marc et Clément apprennent qu'un de leur copain de classe, Simon, est séropositif. Lorsqu'il rencontre ce dernier dans la cour de l'école, ils prennent peur et s'en vont. Ils réalisent ensuite que leur comportement n'a pas été correct mais se posent beaucoup de questions. Est-ce risqué de « traîner » avec lui ?

Matériel

- Les feuillets avec l'histoire.
- Les cartes situation.
- Les 4 tables :

Table 1 : *« Rejetées »*
Table 2 : *« Vivre avec une personne séropositive »*
Tables 3 & 4 : *« Le virus ne se transmet pas »*

- Les fiches d'animation n°11 et n°12
- La Fiche Info n°9 et n°10

Les tables peuvent être installées comme on le souhaite.

Les tables

Table 1

Contenu : cette table représente la solitude, le rejet dont peut être victime une personne séropositive.
Proposition d'animation : discussion, débat, autour de questions.
→ ***Fiche d'animation n°11.***

Table 2, 3 & 4

Contenu : l'idée est de donner une image positive de la personne malade et de casser certains stéréotypes. On présente toute une série de situations de la vie quotidienne en précisant qu'il n'y a aucuns risques de transmission du VIH.
Proposition d'animation : jeu de mimes.
→ ***Fiche d'animation n°12.***

Fiche d'animation

11 12

Introduction

La première table invite les jeunes à une réflexion sur leur croyance, leurs préjugés sur la maladie.

Animation

- Quelle serait votre réaction si un proche vous annonçait qu'il était séropositif ?
- Pensez-vous que le sida peut vous toucher un jour, de près ou de loin ?
- Seriez-vous d'accord de vivre avec une personne séropositive ?
- Accepteriez-vous d'aller à la piscine avec une personne séropositive ?
- Accepteriez-vous qu'un jeune séropositif soit dans votre classe ?

Fiche d'animation

11 12

Introduction

Les personnes séropositives peuvent avoir une vie comme tout le monde. Vivre avec une personne séropositive ne présente pas de risque. L'idée est, ici, d'avoir une animation où les jeunes s'amusent. Les situations à mimer sont volontairement rocambolesques et pleines de détails qui n'ont pas de sens.

Animation

A partir de cartes tirées au sort, les jeunes doivent mimer des situations dans les moindres détails. Tout ce qui est indiqué doit être mimé. Une fois que le groupe a découvert de quelle situation il s'agit, les jeunes devront, ensemble, expliquer pourquoi cela représente ou pas un risque de transmission du VIH.

- Préparer les « cartes situations »
- Pêcher une « carte situation » et désigner (demander des volontaires) parmi les jeunes le nombre nécessaire de personnes pour faire le mime.
- Demander aux jeunes de mimer, au reste du groupe, la situation décrite sur la carte.
- Demander ensuite qu'un jeune raconte avec ses mots et un maximum de détails l'histoire qu'il vient de voir.
- Une fois que le groupe a trouvé la situation mimée, leur demander si, pendant cette histoire, certains personnages ont pris un risque par rapport à la transmission du VIH et leur demander d'expliquer pourquoi ?
- Apporter les explications nécessaires.

Objectifs

Objectif public relais

- Démontrer aux jeunes que les personnes séropositives sont encore aujourd'hui victimes de discrimination.

Objectifs public final

- Comprendre ce qu'est un comportement discriminatoire ?
- Connaitre les règles, les lois, qui existent en la matière?

Histoire

Cette histoire présente un jeune dans des situations que la plupart des jeunes connaissent : s'installer à une table d'une cafeteria, travailler en groupe à l'école, faire du sport dans un club, se présenter pour un job d'étudiant,… Ici, Simon est séropositif. Lors de ces situations, il est victime de rejet, de discrimination à cause de sa maladie.

Matériel

- Les feuillets avec l'histoire.
- Les 4 tables :

Table 1 : *« En Belgique, 69% »*
Table 2 : *« Situations de discrimination »*
Table 3 : *« En Belgique, loi »*
Table 4 : *« Discriminer »*

- Les fiches d'animation n° 13 et n°14.
- La Fiche Info n°9 et n°10.

Les trois premières tables vont ensemble.

Les Tables

Tables 1, 2 et 3

Contenu : ces tables donnent de l'information concrète par rapport à la discrimination des personnes séropositives en Belgique.
Proposition d'animation : discussion, débat autour de questions.
→ *Fiche d'animation n°13.*

Table 4

Contenu : cette table est un lieu d'échanges et convient pour les animations proposées.
Proposition d'animation : débat en équipe. Deux groupes défendent un point de vue différent.
→ *Fiche d'animation n°14.*

Fiche d'animation

13 14

Introduction

Les tables vont servir à faire prendre conscience aux jeunes de la situation en Belgique. La discrimination est encore bien présente dans notre pays et beaucoup de personnes en sont victimes chaque année.

Animation

Discussion ; Demander aux jeunes :

- 69% de la population témoigne d'attitudes discriminatoires envers les personnes séropositives : que vous évoque ce chiffre ?
- Comprenez-vous que certaines personnes se voient refuser un travail car ils sont séropositifs ? Pourquoi ?
- Voudriez-vous changer de classe si un autre élève était séropositif ? Pourquoi ?
- Que pensez-vous des lois qui luttent contre la discrimination ?
- Une personne séropositive a-t-elle le droit à une assurance vie ?
- Une personne séropositive a-t-elle le droit d'emprunter de l'argent à la banque ?

Fiche d'animation

13 14

Introduction

Il est fréquent que des personnes défendent un point de vue sans vraiment savoir pourquoi. Savoir défendre son point de vue, trouver des arguments (ou pas…) et également pouvoir entendre celui des autres est indispensable pour pouvoir prendre du recul et comprendre des situations.

Animation

Le groupe de jeunes est séparé en deux pour un débat. Chaque groupe doit défendre son point de vue sur des sujets donnés, même s'ils ne sont pas d'accords. Après avoir énoncé le sujet, l'animateur désigne le groupe qui doit défendre le sujet en étant d'accord et l'autre groupe qui doit défendre le « pas d'accord ». Ce type de débat va faire ressortir les préjugés.

Exemples :

- Il est normal qu'une personne séropositive révèle sa maladie chez son dentiste.
- Une personne séropositive doit révéler sa maladie aux personnes avec qui elle vit.
- Une personne séropositive peut fréquenter des cours de cuisine.
- Une personne séropositive doit quitter son partenaire lorsqu'elle apprend sa maladie.
- Une personne séropositive ne peut pas avoir de relations sexuelles.
- Une personne séropositive peut souscrire une assurance vie.
- Une personne séropositive ne peut pas jouer au football avec ses amis.
- Une personne séropositive ne peut pas avoir d'enfants.
- Une personne séropositive ne peut partager sa salle de bains.
- Une personne séropositive ne peut partager sa bouteille d'eau.
- C'est normal que quelqu'un invente des excuses pour justifier son comportement discriminatoire.
- Une personne séropositive est moins efficace à son travail. Etc.

Partie III

Les notions théoriques

Introduction

Cette dernière partie du guide a pour but de soutenir l'animateur de l'exposition, elle donne un maximum d'informations théoriques en lien avec l'exposition. Ces informations permettent aux accompagnateurs de disposer d'éléments théoriques à disposition pour pouvoir répondre aux questionnements des jeunes.
Cette partie est composée de plusieurs fiches numérotées et référencées dans le guide (ex : Fiche Info n°3).

Fiche Info 1 Données épidémiologiques

Le sida en quelques chiffres[1&2]

En 2009, **1135 nouveaux cas de contamination** ont été diagnostiqués en Belgique. Ce qui fait une moyenne de 3 nouvelles infections par jour ! Ce chiffre est le plus élevé depuis l'apparition de l'épidémie en Belgique.

Depuis le début de l'épidémie, jusqu'en 2009, **23438 personnes** ont été reconnues infectées par le VIH en Belgique.

En Belgique , **un total cumulé de 4.042 personnes** ont été diagnostiquées malades du sida au 31 décembre 2009. Parmi celles-ci, 1924 sont décédées.

En 2009 , **370 000 enfants** sont nés avec le VIH à travers le monde.

En 2009, 33,3 millions de personnes vivent avec le VIH.

Depuis le début de l'épidémie dans le monde, **30 millions de personnes** sont décédées à cause du VIH.

En 2008, **764 diagnostics d'IST** ont été enregistrés par le réseau sentinelle de cliniciens pour la surveillance des IST en Belgique. Chez 5% des patients, plusieurs IST ont été diagnostiquées au même moment.Pour environ 71% patients chez qui une IST a été diagnostiquée en 2008, le statut VIH est connu : 21% sont séropositifs, soit un sur cinq.

Le sida et les jeunes en Belgique

Une étude montre que[3] :

- Les jeunes ont un niveau d'information parfois insuffisant quant aux modes de transmission du VIH ; 1 jeune sur 4 a une méconnaissance des risques de transmission du VIH lors d'une relation sexuelle non protégée avec une personne asymptomatique.
- Si la quasi-totalité des jeunes sexuellement actifs déclarent qu'ils ont déjà vu ou manipulé un préservatif, seul un peu plus de la moitié d'entre eux (56,54%) déclarent l'avoir utilisé lors de leur dernier rapport sexuel. On observe également que cette proportion est plus élevée parmi les jeunes dont c'était en fait le premier rapport sexuel que parmi ceux qui déclarent avoir eu plusieurs rapports sexuels.
- Cette même enquête montre que la moitié des élèves de 15 à 18 ans ont déjà eu une relation sexuelle et que 10,7% des jeunes interrogés ont eu leur première relation sexuelle avant 14 ans.
- La proportion d'élèves déclarant avoir déjà vu ou manipulé un préservatif est la moins élevée dans l'enseignement professionnel (69,2%).
- Les connaissances concernant les risques de transmission du sida sont moins bonnes dans l'enseignement technique et professionnel.
- Les élèves de l'enseignement professionnel et dans une moindre mesure ceux de l'enseignement technique sont plus nombreux, que ceux de l'enseignement général, à déclarer avoir déjà eu un rapport sexuel ou d'avoir eu un rapport sexuel précoce.
- 6 jeunes sur 10 actifs sexuellement ont eu des relations sexuelles à risques[4].

1. *Institut scientifique de santé publique. Rapport annuel – situation fin décembre 2009* **www.wiv-isp.be.**
2. *Source : ONUSIDA.*
3. *Godin I., Decant P., Noreau N., de Smet P., Boutsen M. La santé des jeunes en Communauté française de Belgique. Résultats de l'enquête HBSC 2006. Service d'Information Promotion Education Santé (SIPES), ESP-ULB, Bruxelles, 2008).*
4. Union nationale des Mutualités socialistes. *Enquête sexualité 2008: Etats des lieux de la sexualité des 15-25 ans - 2008..*

Fiche Info 2 Les IST[5]

Les IST sont des infections sexuellement transmissibles. Ce sont des infections provoquées par des bactéries, des virus ou des parasites.

Les principaux symptômes des IST sont la fièvre, des douleurs dans le bas ventre, des écoulements anormaux, des rougeurs des organes génitaux, des éruptions cutanées, un chancre…

MST (Maladie Sexuellement Transmissible)
ou IST (Infection Sexuellement Transmissible) ?

Aujourd'hui, on parle davantage d'IST car certaines d'entre elles n'ont pas de symptômes visibles c'est-à-dire qu'aucun signe extérieur ne montre la présence de l'infection. On peut donc être infecté par une IST sans le savoir. L'individu ne se sent pas malade.

Les IST sont des infections qui se transmettent, entre autres, lors de relations sexuelles sans préservatif. Parmi les plus connues, on retrouve les condylomes, la gonorrhée, le VIH/Sida, mais aussi la chlamydia et l'herpès génital, qui sont plus souvent dépistées chez les filles, et enfin la syphilis qui concerne plus particulièrement les garçons homosexuels.

Pour ce qui concerne les relations sexuelles, le moyen de protection contre certaines IST est le même que celui du VIH/Sida, à savoir l'utilisation du préservatif. D'autres IST exigent une plus grande protection puisqu'elles se transmettent par d'autres voies.

Les IST se transmettent lors des pratiques sexuelles : pénétration vaginale et anale, fellation, cunnilingus, anulingus, caresse sexe contre sexe, etc. Se protéger des IST, c'est faire en sorte que le sang, le sperme ou le liquide séminal, les sécrétions vaginales, n'entrent pas en contact avec les muqueuses génitales, anales ou buccales de son/sa partenaire et vice-versa. Certaines IST se transmettent aussi lors du baiser et des caresses.

La plupart des IST, mis à part le VIH/Sida, peuvent être traitées et guérir sans laisser de séquelles. Mais il ne faut pas laisser ces infections sans traitement. Une IST non traitée peut être une porte d'entrée au VIH ou à une autre IST. Il est possible de contracter plusieurs IST en même.

Plus d'information dans la brochure IST de la Plate-Forme Prévention Sida.

5. *Plate-Forme Prévention Sida. Les IST (infections sexuellement transmissibles). Bruxelles, 2010.*

Fiche Info 3 Le préservatif

Les freins à l'utilisation du préservatif

En trouver

Il est facile de trouver des préservatifs en pharmacie, en grande surface, dans un planning familial. Mais pour le jeune qui n'habite pas en ville, il n'y a pas toujours de planning ou pharmacie à proximité. Aller au supermarché peut être gênant car on y croise souvent des personnes que l'on connait.

Pour trouver un planning à proximité :

- www.loveattitude.be
- S'adresser au centre PMS ou PSE de l'école
- En avoir à la MJ, l'AMO ou au centre de planning familial de la région.
  Info pour les relais : pour une commande de préservatifs, s'adresser au CLPS de la région ou à la Plate-Forme Prévention Sida.

En acheter

ce n'est pas toujours évident pour un jeune de faire la démarche de se procurer des préservatifs. On peut être gêné, mal à l'aise. La timidité peut donc être un frein réel à son utilisation.

- Les pharmaciens sont des professionnels, ils ne jugent pas les personnes qui achètent des préservatifs.
- En grande surface, il y a moyen de mettre la boîte parmi d'autres achats afin d'être plus discret.

Le prix

si le jeune ne connaît pas d'endroit où en trouver gratuitement, il n'a pas toujours l'argent pour s'en procurer.

- Il existe des marques de préservatifs moins chères que d'autres. Si le logo CE figure sur la boîte, ils sont de bonne qualité. Demander au pharmacien pour avoir les moins chers ou se les procurer en grande surface.
- Trouver un endroit où l'on en distribue gratuitement.

En parler à son/sa partenaire

lorsque le moment d'utiliser le préservatif est arrivé, faut-il encore le faire. Les jeunes peuvent éprouver de grandes difficultés à parler du préservatif à leur partenaire, surtout si celui-ci est plus âgé ou si on croit vraiment bien le connaître. Si on manque de confiance en soi ça peut être un réel frein. Utiliser une manière drôle et sympa d'en parler. Par exemple en employant des « codes K-Potes » (en référence à la campagne « lapin » de la Plate-Forme Prévention Sida : **www.preventionsida.org/v2/336)**. Il existe des cartes postales et des affiches « lapin » avec des bulles vierges, ce qui permet aux jeunes de créer leur propre code K-Pote. *Adressez-vous à la Plate-Forme Prévention Sida. (Fiche Info n°11)*

Information sur le préservatif féminin

Encore trop peu connu et fort peu utilisé, le préservatif féminin peut aussi offrir une alternative efficace face au VIH/sida. Comme son pendant masculin, c'est aussi un contraceptif. Le préservatif féminin présente des avantages non négligeables, pour la femme et l'homme !

1. Il peut être mis en place longtemps avant le rapport (plusieurs heures), ce qui n'interrompt pas les préliminaires.
2. Il peut aussi prolonger l'intimité puisqu'il n'est pas nécessaire de le retirer juste après l'éjaculation.
3. Il ne comprime pas le sexe masculin.
4. N'étant pas en latex, il ne provoque pas d'allergie (et un nouveau Fémidon sera d'ailleurs bientôt disponible, en nitrile une matière hypoallergénique).
5. Et surtout, il offre aux femmes la maîtrise de leur moyen de prévention.

Inconvénients :

- Difficulté d'utilisation (implique d'être à l'aise avec son corps).
- Difficulté de s'en procurer. Peu accessible (uniquement en pharmacie) et cher (+/- 2,5 € pièce).

Qu'est ce que le carré de latex ?

Le carré de latex est utilisé pour éviter le contact entre le sexe de la femme et la bouche. Il est facile de s'en fabriquer un en découpant un préservatif dans sa longueur et en le déroulant. *Attention il ne faut pas le confondre avec le préservatif féminin !!*

Concernant l'utilisation d'un lubrifiant

En cas de pénétration anale ou de sécheresse vaginale, il est conseillé d'utiliser un lubrifiant à base d'eau (on emploie aussi le terme « gel intime »). Celui-ci peut se trouver facilement en pharmacie ou en grande surface. Le lubrifiant à base d'eau est le seul lubrifiant qui ne présente aucun risque ! La vaseline, le savon et l'huile fragilisent le préservatif, qui peut alors se déchirer pendant le rapport.

Fiche Info 4

Les modes de transmission du VIH

Les liquides contaminants

Lorsqu'une personne est infectée par le VIH, le virus se trouve dans les différents liquides de son corps. Liquides non-contaminants : sueur, larme, urine, salive. Liquides contaminants : lait maternel, sécrétions vaginales, sang, sperme, liquide séminal.

Pourquoi certains liquides ne sont-ils pas contaminants alors que d'autres le sont? → Le virus se trouve en quantité trop minime pour être dangereux. Par exemple, il faudrait « boire » 6 litres de salive contaminée pour que cela représente un risque.

Qu'est-ce qu'une prise de risque ?

Une prise de risque est un moment où une personne a pu être directement en contact avec le VIH.

On prend un risque en ayant des rapports sexuels sans préservatif, en ne connaissant pas le statut sérologique de son/sa partenaire, en utilisant une seringue usagée ou en ayant un contact direct avec du sang sur une lésion non cicatrisée, etc.

Le concept de « porte d'entrée »

Il s'agit ici de bien leur faire comprendre que le virus, présent dans un des liquides contaminants, doit pouvoir rentrer dans l'organisme afin de représenter un risque d'infection. Il ne rentre pas dans l'organisme facilement. La peau, par exemple, est une barrière naturelle efficace contre le VIH.

Les portes d'entrées sont :

- Les muqueuses du corps. Sexuelles : gland, vagin, anus. Non sexuelles : œil, bouche.
- Une plaie ouverte ou non cicatrisée.

BON A SAVOIR

Dans le sang, le VIH est un virus très fragile quand il se retrouve à l'air libre. Celui-ci meurt en effet après quelques minutes, une fois sorti de l'organisme. *!! Du sang se trouvant dans une seringue n'est pas à l'air libre !!*

Les prises de risques très élevés

- **Pénétrations vaginales et anales non protégées.** Dès qu'il y a pénétration sans protection, la personne s'expose au VIH.
- **Partage de seringue.** Si la personne s'injecte un produit avec une seringue dans laquelle il y a des traces de sang d'une personne contaminée, elle prend le risque d'injecter directement le virus dans son sang.

Les autres prises de risques

- **La fellation :** la fellation présente un risque faible de transmission, sauf s'il y a éjaculation dans la bouche. Alors, le risque augmente. En effet, la quantité de virus dans le sperme est importante.
- **Le cunnilingus** est une pratique qui présente un risque très faible de transmission. En effet, par rapport à la fellation (sperme), la quantité de liquide contaminant (sécrétion vaginale) est moins grande. Attention toutefois, le risque peut nettement augmenter en cas de lésion en bouche ou sur les lèvres et si le cunnilingus est pratiqué lors des règles.

La transmission mère-enfant

Il y a un risque de contamination de la mère séropositive à son enfant durant la grossesse (contamination par voie sanguine), l'accouchement (par voie sanguine et par les secrétions vaginales) et l'allaitement (par le lait maternel).

- Aujourd'hui il existe des traitements qui permettent aux femmes de pouvoir avoir un enfant sans risques de transmission. Pour cela il faut que la future maman soit suivie médicalement avant et tout au long de la grossesse.

Fiche Info 5 — Les symptômes du VIH

Environ 80% de personnes, dans les semaines qui suivent la contamination par le VIH, ressentent des symptômes faisant penser à une grippe: température, malaises, grande fatigue, éventuellement aussi des ganglions gonflés, des ulcérations de la bouche ou des muqueuses génitales, une éruption cutanée. Puis, après une ou deux semaines, ces symptômes disparaissent. Le VIH, lui est toujours présent et il continue à se disséminer dans l'organisme et à détériorer lentement le système immunitaire.

Souvent pendant plusieurs années, l'infection par le VIH ne s'accompagne alors d'aucun symptôme. Cela ne veut toutefois pas dire que le virus est en sommeil. Dès la contamination, des milliards de particules virales sont produites de manière constante. Le seul moyen de savoir est de faire test de dépistage.

Au fil des années, le virus se multiplie et affaiblit progressivement le système immunitaire. Lorsque le corps ne peut plus combattre efficacement les agressions extérieures, des infections ou des cancers se déclarent. C'est ce qu'on appelle le stade sida.

Fiche Info 6 — Le dépistage du VIH

Quand faire le test?

Sur les tables, le calendrier illustre clairement le temps à attendre pour faire un test de dépistage. Pour qu'un test soit fiable à 100% il est impératif d'attendre un délai de 3 mois entre la prise de risque et la prise de sang.

Ce délai peut sembler très long et ne pas connaître sa situation est angoissant. En parler peut parfois soulager la personne. Les animateurs des centres de planning familial, l'assistant social de l'AMO, l'infirmière du PMS ou du PSE... sont des personnes qui peuvent être à l'écoute et apporter un soutien.

Pourquoi trois mois?

Le temps nécessaire pour que les anticorps soient identifiables par le test, varie entre trois semaines et trois mois selon les individus. Or, c'est leur détection qui indique que la personne est porteuse du virus.

Le dépistage tardif

Un test de dépistage est tardif lorsque la personne séropositive apprend son statut sérologique quand le VIH a déjà endommagé le système immunitaire de façon importante ou quand le sida est déclaré. En 2009, 24% des diagnostics étaient des diagnostics très tardifs.

Lors d'une prise de risque il est important de faire le dépistage au plus vite, une fois que le délai de trois mois est passé. Un diagnostic posé plus précocement permet une meilleure prise en charge thérapeutique. Il permet aussi à la personne d'adapter plus tôt son comportement de manière à éviter la transmission de l'infection à son partenaire.

Que faire en attendant de faire le test?

Pendant cette période d'incertitude, il est important de se protéger et de protéger son ou sa partenaire car, il est possible d'être porteur/porteuse du virus et il y a donc un risque de le transmettre. Ce risque est d'autant plus important que, durant cette période (juste après la contamination), la réplication virale est très intense et le porteur/la porteuse du virus peut être très contaminant(e).

Où faire le test ? Combien cela coûte-t-il?

Le prix varie de 0 à 50 euros... selon l'endroit où le test est réalisé.

Il existe des centres de dépistage qui le réalisent gratuitement ainsi que certains centres de planning familial.

La plupart du temps le prix du dépistage dans un centre de planning est relativement abordable. Cela dépend d'un planning à l'autre. Chez son médecin traitant, le test peut être assez couteux s'il faut payer le laboratoire qui fait le test + la consultation du médecin. On peut également s'adresser aux maisons médicales.

Les freins au dépistage

Pour un jeune, aller faire un test de dépistage n'est pas toujours facile. Il n'y a pas toujours des structures proches qui permettent de faire le test.

Si le jeune doit payer une consultation chez le médecin + les analyses en laboratoire, le test peut devenir inabordable. Aller chez son médecin traitant pour un test de dépistage peut constituer une barrière car le jeune craint que ses parents soient au courant de la démarche.

Le jeune peut ne pas avoir envie de savoir, par peur du résultat. Il peut aussi ne pas se sentir concerné ou ne pas se rendre compte quand un risque est pris.

Il existe aussi des lieux où le test se fait anonymement. Cela peut faciliter la démarche.

- Indiquer aux jeunes les structures proches de leur école. Existe-t-il un centre de planning ? Un centre de dépistage ? Une maison médicale ? (Utilisez le tableau de coordonnées vierge qui se trouve dans la première partie de ce guide pédagogique)

Les résultats du test

La plupart du temps, il faut attendre une semaine avant de connaître les résultats de la prise de sang. Cela peut aller plus vite si l'on passe par un médecin et un laboratoire privé (+cher).

Les résultats du test ne peuvent être communiqués par courrier (papier-électronique) ou téléphone. Chaque résultat est donné de vive voix par un médecin. C'est très important pour le suivi des personnes et pour l'éventuel accompagnement qu'il faut mettre en place en cas de résultats positifs.Il faut donc retourner là où le test a été réalisé, généralement après une semaine, pour connaître les résultats.

Fiche Info 7 — Le Traitement Post-Exposition (TPE)

Aujourd'hui, il est possible d'avoir un traitement d'urgence préventif qui peut réduire fortement les risques de contamination au VIH/sida.

Après une relation sexuelle à risque, une rupture ou un glissement de préservatif, un partage de seringue ou de matériel de sniff, il faut se rendre en journée dans un Centre de référence sida (Voir Fiche Info n°11) et en week-end ou la nuit dans une salle d'urgence rattachée à un Centre de référence sida.

- Attention. Ce traitement est prescrit sous certaines conditions par le médecin de la salle d'urgence ou du Centre de référence sida. La prescription se fait après un entretien avec le médecin qui lui permettra d'analyser le risque de contamination par le virus. Le traitement est gratuit mais les consultations et les frais médicaux divers (prise de sang, éventuelle prise en charge psychologique, etc.) restent à charge du patient.

- Ce traitement doit être pris le plus rapidement possible et au maximum 72h après la prise de risque (idéalement dans les 48H). Plus vite le traitement est pris, plus il a de chance d'être efficace.

- Ce traitement n'est indiqué que pour un risque isolé et exceptionnel, non pour des risques répétés dans le temps.

- Il s'agit d'un traitement lourd qui doit être pris durant 4 semaines avec un suivi médical et des prises de sang répartis sur une période de 6 mois.

- Même si on présume qu'il peut fortement empêcher une contamination, son efficacité n'a pas été démontrée formellement.

Fiche Info 8

Les traitements du VIH

A l'heure actuelle, il n'existe pas de médicament susceptible de guérir de l'infection par le VIH. Cependant, la médecine fait des progrès et depuis quelques années, on dispose de toute une série de médicaments qui arrêtent la multiplication du VIH et rendent souvent le virus indétectable (entre 70 et 80% dans le cas d'un premier traitement); cela signifie qu'il est toujours présent dans l'organisme, « caché » à l'intérieur des cellules et circulant en très faible quantité non détectable par les méthodes standards. Il n'est plus en mesure de détruire le système immunitaire. Mais il est toujours possible de transmettre le virus à une autre personne même si, avec la prise de traitements, il y a une diminution très importante du risque de transmission.

Ces traitements permettent d'une part, aux personnes séropositives de rester plus longtemps en bonne santé et, d'autre part, d'améliorer la qualité et l'espérance de vie des personnes qui sont déjà malades du sida en restaurant une immunité suffisante pour ne plus faire d'infections opportunistes.
De plus, l'évolution médicale actuelle permet de réduire fortement le risque d'avoir un enfant séropositif, pour autant que le suivi médical soit régulier et que l'adhérence aux traitements de la future maman séropositive soit excellent. C'est dans ce contexte que de plus en plus de femmes et d'hommes décident d'avoir un enfant malgré leur infection en utilisant la procréation médicalement assistée. En Belgique, depuis quelques années, il n'y a pas eu de naissance d'enfant séropositif chez les mamans suivies médicalement dans un centre de référence sida. Voir la brochure intitulée *« Désir d'enfants et séropositivité pour le VIH »* disponible sur le site : www.guide-ist-vih.info/biblio/services/stpierre.html.

Bien que les traitements soient efficaces, ils peuvent être complexes, en particulier chez les patients traités depuis longtemps. Ils doivent être pris régulièrement, sans jamais oublier une seule prise. La prise irrégulière du traitement entraîne une mutation du virus. Le patient se trouve alors en échec thérapeutique et le traitement doit alors être modifié parfois par un traitement plus lourd.

Les traitements antirétroviraux sont efficaces si les conditions suivantes sont réunies :

-> Ils exigent du patient une régularité quotidienne dans la prise des médicaments.

-> La personne sous traitement doit se soumettre à des contrôles réguliers (prise de sang) pour évaluer l'efficacité de son traitement.

-> Des effets secondaires peuvent apparaître : plaques sur la peau, accumulation de graisses sur le corps, nausées, pertes d'appétit, amaigrissements, vomissements, diarrhées, douleurs articulaires… Dans ce cas, une modification du traitement s'impose, avant que le patient ne l'arrête en raison de ces effets secondaires.

Combien ça coûte ?

En Belgique, les traitements antirétroviraux sont entièrement pris en charge par la mutuelle et sont remboursés à 100%. Par contre, ce remboursement à 100% ne couvre pas nécessairement l'ensemble du traitement (consultations, examens) que doit suivre un patient. C'est notamment le cas lorsque apparaissent des maladies opportunistes ou lorsqu'on veut les prévenir. Le coût du traitement peut alors peser sur le budget des malades.

Les enjeux pour l'avenir :

A/ les problèmes du vieillissement des personnes

Les patients touchés par le VIH atteignent aujourd'hui un âge plus avancé, en raison de la plus grande efficacité des traitements qui a fortement fait baisser la mortalité précoce des malades du sida et rapproche l'espérance de vie des personnes atteintes de l'espérance de vie de la population générale. Les médecins sont donc confrontés à de nouvelles pathologies :

-> Les cancers « classiques » : on constate une incidence plus élevée des cancers classiques (poumons, colon, …) chez les séropositifs d'un certain âge par rapport aux personnes non séropositives du même âge, et ce d'autant plus lorsque leur immunité est basse;

-> Une augmentation du risque d'accidents cardiovasculaires ;

-> Par ailleurs, il existe de plus en plus de données qui suggèrent que le processus de vieillissement est accéléré par l'infection à VIH.

B/ Vaccins

Après de nombreux échecs des essais concernant le vaccin, des résultats plus encourageants ont été récemment obtenus en Thaïlande. Il faut cependant rester très prudent et il ne fait aucun doute qu'il faudra encore de nombreuses années avant qu'un vaccin vraiment efficace soit disponible.

Et dans le monde, qui a accès aux traitements ? Dans les pays riches, la thérapie antirétrovirale a été introduite dans les années 90. Depuis l'apparition de ces nouveaux traitements, on a constaté une baisse de 70% des décès liés au sida.

Dans les pays pauvres, où vivent 95% des malades du sida, la situation est différente : les médicaments sont beaucoup trop chers et sont rarement remboursés (pas ou peu de sécurité sociale, etc, …).

C'est pourquoi, l'accès aux traitements pour tous est une priorité mondiale, défendue par les Nations Unies.

Il est possible de trouver plus d'informations sur les traitements dans la brochure « Vivre avec le VIH » disponible sur le site internet www.preventionsida.org.

Il est en tout cas important, en cas d'annonce de séropositivité, de consulter rapidement un Centre de référence sida (Fiche Info n°11) afin d'organiser au mieux le suivi médical. Par la suite, le médecin généraliste pourra également assurer un lien avec le médecin spécialiste du Centre de référence sida[6].

6. Source : ONUSIDA.

Fiche Info 9 La discrimination

Aujourd'hui encore de nombreuses personnes séropositives sont victimes de discrimination à cause de leur statut sérologique. Cela pour contracter une assurance, pour trouver un travail, pour s'intégrer dans un club de sport, pour voyager,...

69% de la population[7] témoigne d'attitudes discriminatoires envers les personnes séropositives. Exemple : des parents ne mettraient pas leur enfant dans une classe où il y a un enfant séropositif. Un employé ne voudrait pas fréquenter une personne séropositive à son travail,...

42% des personnes séropositives disent avoir été victimes de discrimination de la part d'un ami et 38% de la part d'un membre de la famille[8].

La discrimination et la stigmatisation ont de nombreuses conséquences : impact psychologique sur les personnes atteintes (dépression, manque d'estime de soi...), obstacles à la prévention (peur d'être dépisté, peur d'être pris en charge, non adoption de comportements de protection de peur d'être suspecté séropositif), auto-exclusion...

La loi anti-discrimination

En Belgique, une loi anti-discrimination est entrée en vigueur depuis 2007. La loi a une portée très large. Elle vise de nombreuses situations de discriminations fondées notamment sur l'état de santé actuel ou futur, dans des champs aussi divers que l'accès aux biens et aux services (le logement, l'horeca, les assurances...), l'emploi dans tous les secteurs ou la participation à toute activité, qu'elle soit économique, sociale, culturelle ou politique, pour autant qu'elle soit ouverte au public.

7. *Institut scientifique de santé publique. Enquête de santé par interviews. Bruxelles, 2008.*
8. *Sida Info Service. Enquête sur les discriminations à l'encontre des personnes vivant avec le VIH. 2009.*

Fiche Info 10 Références bibliographiques et ressources utiles

* Godin I., Decant P., Noreau N., de Smet P., Boutsen M. *La santé des jeunes en Communauté française de Belgique.* Résultats de l'enquête HBSC 2006. Service d'Information Promotion Education Santé (SIPES), ESP-ULB, Bruxelles, 2008.

* Institut scientifique de Santé publique (ISP), *rapport annuel – situation au 31 décembre 2009- Bruxelles, 2009.* Disponible sur Internet à l'adresse suivante : **www.wiv-isp.be**

* Union nationale des Mutualités socialistes. Enquête sexualité 2008: *Etats des lieux de la sexualité des 15-25 ans.* 2008 **www.mutsoc.be/Mutsoc/MeDocumenter/Etudes/enquete-sexualite-2008.htm**

* Ministère de la Communauté française – Service communautaire de promotion de la santé géré par l'asbl Question Santé. *Circulaire ministérielle relative à l'accueil des enfants infectés par le V.I.H. dans les institutions dépendant de la Communauté française ou subventionnées par la Communauté française.* Bruxelles, 2002

* Loi du 10 mai 2007 tendant à lutter contre certaines formes de discrimination. A lire sur www.diversite.be (législation et jurisprudence)

* Institut scientifique de santé publique. *Enquête de de santé par interviews.* Bruxelles, 2008. www.wiv-isp.be

* Sida Info Service. *Enquête sur les discriminations à l'encontre des personnes vivant avec le VIH.* 2009. www.sida-info-service.org/sites/sida/IMG/pdf/SIS_Discriminations_2009-2.pdf

* SIPS, planning familial des jeunes. *La contraception.* Liège, 2009

* Ex-Aequo. *Garçons entr'eux.* Bruxelles.

* Ex-Aequo. *Filles entr'elles.* Bruxelles.

* ONUSIDA : www.unaids.org

* Plate-Forme Prévention Sida. *Les IST (infections sexuellement transmissibles).* Bruxelles, 2010.

* Plate-Forme Prévention Sida. *Soyons K-Potes, guide pratique.* Bruxelles, 2010.

* Plate-Forme Prévention Sida. *Vivre avec le VIH.* Bruxelles, 2006

* Plate-Forme Prévention Sida. *Connaître et faire valoir ses droits.* Bruxelles, 2007.

Pour trouver de nombreux outils sur les thématiques de promotions de la santé : **www.pipsa.be**

Site des « stratégies concertées du secteur de la prévention IST/sida en Communauté française » : **www.strategiesconcertees.be**

Fiche Info 11 Contacts utiles

Les centres Psycho-Médico-Sociaux (PMS)

Un centre PMS est un lieu d'accueil et d'écoute qui offre au jeune et/ou sa famille un accompagnement, en toute discrétion, dans la recherche de réponses aux questions, difficultés, problèmes rencontrés. Un PMS est composé de psychologues, d'assistants sociaux et d'infirmiers. Un médecin est également attaché à chaque centre PMS. Les services du centre PMS sont gratuits et ses agents sont soumis au secret professionnel.

Où les trouver ?
www.enseignement.be/index.php?page=26028

Les services de Promotion de la Santé à l'Ecole (PSE)

Un service PSE a pour mission la mise en place des programmes de promotions de la santé et le suivi médical des élèves. Il veille également au bien-être des enfants dans leur environnement. Le service est gratuit.

Où les trouver ?
www.sante.cfwb.be/index.php?id=services_pse_agrees

Les centres de planning familial

Un centre de planning familial est un lieu d'accueil où les jeunes et les adultes peuvent se rendre seul ou en couple, en famille pour toutes questions concernant la vie affective et sexuelle. Les centres de planning familial proposent des consultations gynécologiques, psychologiques, juridiques et sociales. Ils délivrent la pilule du lendemain et des préservatifs. Certains pratiques aussi l'Interruption Volontaire de Grossesse (IVG). Dans chaque centre, il y a un accueil gratuit et sans rendez-vous. Tous les travailleurs sont soumis au secret professionnel. Les équipes des centres de planning familial ont aussi une mission de prévention et peuvent se rendre dans une école pour une séance d'information sur la vie affective et sexuelle.

Où les trouver ?
www.loveattitude.be

Les Centres Locaux de Promotion de la Santé (CLPS)

Les Centres Locaux de Promotion de la Santé sont des ASBL agréées par la Communauté française pour organiser la promotion de la santé dans leur région. Les CLPS offrent un accompagnement méthodologique aux organismes et aux acteurs de terrain pour favoriser la réflexion et la conception des projets et mettre à leur disposition de la documentation, des formations et des outils adaptés. Les CLPS développent également un réseau de diffusion afin d'informer les intervenants de terrain des brochures en matière de santé.

Bruxelles : rue Jourdan 151, 1060 Bruxelles **www.clps-bxl.org** • 02/639 66 88

Brabant Wallon : avenue Einstein 4 (bâtiment Copernic), 1300 Wavre **www.clps-bw.be** • 010/62 17 62
(Voir Partie I. Les créateurs de l'exposition)

Charleroi-Thuin : avenue Général Michel 1b, 6000 Charleroi **www.clpsct.org** • 071/33 02 29

Hainaut Occidental : rue des Cordes 9, 7500 Tournai **www.clpsho.be** • 069/22 15 71

Huy-Waremme : chaussée de Waremme 139, 4500 Huy **www.clps-hw.be** • 085/25 34 74

Liège : place de la République française 1, 4000 Liège **www.clps.be** • 04/349 51 44

Luxembourg : rue de la station 49, 6900 Marloie **www.clps-lux.be** • 084/31 05 04

Mons-Soignies : rue de la Loi 30, 7100 La Louvière **www.clps-mons-soignies.be** • 064/84 25 25

Namur : boulevard Cauchy 16/18 (local C03), 5000 Namur **www.clpsnamur.be** • 081/ 75 00 46

Verviers : rue de la station 9, 4800 Verviers **www.cvps.be** • 087/ 35 15 03

Organismes de prévention et d'information grand public, jeunes

Communauté française
Plate-Forme Prévention Sida. (Voir partie I, les créateurs de l'expo) Rue Jourdan, 151 à 1060 Bruxelles.
www.preventionsida.org
• 02/733 72 99

Namur
Coordination Provinciale Sida Assuétudes. Accueil, écoute, expertise en matière de sida, IST, assuétudes, aide aux malades. Dépistage anonyme et gratuit. Rue Docteur Haïbe, 4 à 5002 Saint-Servais.
http://pointsrelaissida.jimdo.com
• 081/77 68 20

Liège
Sidasol
(Voir partie I, les créateurs de l'exposition)
Rue de Pitteurs, 18 à 4020 Liège.
www.sidasol.be
• 04/366 96 10

Charleroi
Sida-IST Charleroi-Mons. Accueil, écoute, information, dépistage et suivi psycho médico-social des patients VIH.
c / o Polyclinique CHU Charleroi, boulevard Joseph II à 6000 Charleroi. www.sida-charleroimons.be
• 071/ 92 54 10

Aide Info Sida
pour toutes questions sur le sida et/ou un soutien psychologique aux personnes séropositives, malades et leurs proches. De 18h à 21h en semaine.
• 0800/20 120

Sida'sos
ASBL de prévention des IST/Sida par les jeunes, pour les jeunes.
www.sidasos.be

Organismes thématiques

SidAids Migrants / Sireas asbl
prévention à l'attention des publics migrants et réfugiés. Rue de la Pépinière 6, 1000 Bruxelles. www.sidaids-migrants.be
• 02/502 36 76

Ex-Aequo
prévention à l'attention des personnes homosexuelles.
Rue Locquenghien 41, 1000 Bruxelles. www.exaequo.be • 02/736 28 61

Modus Vivendi
prévention à l'attention des usagers de drogues.
Rue Jourdan 151, 1060 Bruxelles. www.modusvivendi-be.org • 02/644 22 00

Espace P
prévention à l'attention des prostitués (hommes & femmes) et de leurs clients.
Rue des plantes 116, 1030 Bruxelles. www.espacep.be • 02/219 98 74

Antennes locales
- **Liège :** 04/221 05 09
- **Charleroi :** 071/ 30 98 10
- **Namur :** 081/77 68 21
- **Mons :** 065/84 70 09

Service éducation pour la santé
prévention à l'attention des détenus.
Chaussée de Waremme 139, 4500 Huy.
www.ses-asbl.be
085/21 25 76

Centres de dépistage anonyme et gratuit

Bruxelles
Centre Elisa : (sans RDV. Tout public : les lundis de 08h à 13h15 et les jeudis de 16h30 à 19h15. Uniquement personnes âgées de 15 à 25 ans : les mercredis de 12h30 à 15h15) rue des Alexiens 11, 1000 Bruxelles.• 02/535 30 03

Liège
Centre de référence du CHU de Liège : quai Godfroid Kurth 45, 4020 Liège (sur RDV 5ième étage). • 04/270 31 90

CHPLT Verviers, hôpital de jour : (sans RDV du lun. au ven. De 10h à 16h) rue du parc 29, 4800 Verviers. • 087/21 29 58

Clinique St-Joseph : rue de Hesbaye 75, 4000 Liège. • 0800/24 124 (n° gratuit)

Hainaut
CHUPMB : boulevard Kennedy 2, 7000 Mons. • 065/39 21 11

Sida-IST Charleroi-Mons : c / o Polyclinique CHU Charleroi, boulevard Joseph II à 6000 Charleroi. • 071/92 54 10

Grand Hôpital de Charleroi Site Notre-Dame : (sur RDV) Grand'rue 3, 6000 Charleroi.
• 071/10 38 00

Namur
Coordination Provinciale Sida Assuétudes : (sans RDV les mardis de 16h à 18h et les jeudis de 17h à 19h) rue Docteur Haïbe, 4 à 5002 Saint-Servais. • 081/77 68 20

Centres de Références sida.

Pour le dépistage et/ou le suivi des personnes séropositives et malades du sida. Clinique des maladies infectieuses, CHU-Charleroi : boulevard Paul Janson 92, 6000 Charleroi.
• 071/92 23 07

Centre de référence de l'UCL
Hôpital St-Luc : avenue Hippocrate 10, 1200 Bruxelles. • 02/764 21 56

Centre de référence de l'ULB
Hôpital St-Pirre : CETIM ; rue Haute 322, 1000 Bruxelles. • 02/535 31 77

Centre de référence du CHU de Liège
quai Godfroid Kurth 45, 4020 Liège
(5ième étage). • 04/270 31 90

UTI, Hôpital Erasme
rue de Lennik 808, 1070 Bruxelles.
• 02/555 45 36

Clinique IST
S CLINIC : (avec et sans RDV le mardi de 14h à 17h et le vendredi de 9h à 12h) CHU St-Pierre
Site César De Paepe ; rue des Alexiens 11/13, 1000 Bruxelles. • 02/535 37 32

le SIDA
Cartes sur tables

Ed Resp. Thierry Martin, Plate-Forme Prévention Sida. Rue Jourdan 151, 1060 Bruxelles.

La Plate-Forme tient à remercier Alice Bouillard
pour la conception graphique de cette exposition
et Yves Dario pour la relecture de ce guide.

PLATE-FORME PRÉVENTION SIDA

FEDERATION WALLONIE-BRUXELLES

Wallonie